

## **RECETARIO VIRTUAL SUPUKO MIKUY**

### **RECETAS DE PLATOS VENEZOLANOS**

#### **ASADO NEGRO VENEZOLANO**

##### **Ingredientes (6 personas)**

- 1 ½ kilo de lomo redondo
- 1 taza de panela o chancaca rallada (papelón rallado)
- 350 mililitros de vino tinto
- 3 dientes de ajo
- 2 cucharadas soperas de salsa inglesa
- 1 limón grande
- Aceite vegetal
- 1 y ½ cebolla blanca
- 2 tomates rojos
- 1 pimiento rojo
- 1 taza de caldo de carne
- Sal gruesa o sal de grano al gusto
- Pimienta molida al gusto
- Orégano en polvo al gusto

##### **Preparación**

###### *Marinada para el asado negro:*

En primer lugar, se pelan los dientes de ajo y se pican finamente o se trituran en un mortero. En un recipiente con bordes altos se coloca la carne, se frota el ajo y se espolvorea con sal gruesa. También se le baña con un hilo de aceite y con la salsa inglesa.

Se continúa agregando, a la carne, la cebolla picada en cuadritos, el jugo de un limón, el vino y se espolvorea con orégano y pimienta al gusto.

El recipiente con la carne se cubre con una tapa (que quede totalmente cerrado) o con papel film. Se conserva en el refrigerador y se deja marinar durante varias horas. Si se puede dejar toda la noche, mejor aún.

###### *Cocción del asado negro:*

En una olla grande se calientan 200 mililitros de aceite a fuego alto. Cuando esté caliente se coloca el papelón rallado hasta que se derrita. En seguida, se coloca la carne y se va rotando con la ayuda de unas pinzas para que se cocine

de manera uniforme. La carne irá tomando un color oscuro, como de caramelo quemado, casi negro.

Luego, se acomoda el lomo en el fondo de la olla o sartén, y se le agregan las verduras picadas. Después se agrega la marinada con sus trocitos de verduras también. Se incorpora la taza de caldo de res; se mezcla todo y se deja cocinar hasta que empiece a hervir. Se tapa la olla y se deja cocer el asado por dos horas y media.

Cuando termine el tiempo de cocción se pincha ligeramente la carne con un cuchillo, para verificar que esté lo suficientemente suave. Si aún no ha quedado a nuestro gusto, dejaremos que se cocine un poco más.

#### *Rebanado de la carne y preparación de la salsa*

Se coloca la pieza de carne sobre una plancha y se corta en rebanadas o medallones. Para obtener la salsa del asado, se licúa la preparación en la que se ha cocinado el lomo. Se debe obtener una salsa espesa y homogénea, por lo que, si no está lo suficientemente líquida, se puede agregar un poquito más de caldo. Se debe verificar la sazón de la salsa, por si fuera necesario corregir con más sal, pimienta u otras especias.

Al momento de servir los medallones de asado negro, se les baña con un poco de salsa.