



ROSBIF CON PURÉ DE PATATAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de ternera, lomo
- 320 g de puré de patatas
- 40 g de aceite de oliva
- ajo
- sal

LA PREPARACIÓN

- Atar la pieza de lomo para que mantenga la forma.
- Calentar a fuego fuerte, en una cazuela, el aceite y un diente de ajo, sin dejar que se queme. Introducir la pieza de lomo y girarla constantemente para que se dore de manera uniforme. Sazonar.
- Cuando el lomo esté dorado bajar el fuego y tapar la cazuela unos 5 minutos.
- Sacar el rosbif y dejar que se enfríe. Retirar el hilo de cocina y cortar en finas rodajas.
- Preparar el puré de patatas tal como se indique en el envase.
- Colar el jugo de la cazuela y reservar en una salsera.
- Servir el Rosbif con la salsa y el puré de patata.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 15.1 g	Grasas 18.3 g
Kcal 357	Proteínas 32.7 g