



LOMO IBÉRICO CON ALMEJAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de cerdo ibérico
- 600 g de almejas
- 2 unidades de cebolla
- 4 dientes de ajo
- 100 ml de vino tinto
- 100 g de harina
- 2 hojas de laurel
- 2 g de nuez moscada
- 40 g de aceite de oliva
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Pon a depurar las almejas en un cuenco con abundante agua y un para de cucharadas de sal. Corta el lomo en tacos de unos 3 cm, sazónalos y déjalos reposar en una bandeja honda marinándose con el vino.
- En una cazuela con 2 cucharadas de aceite, pocha las cebollas picadas finas y los ajos cortados en láminas junto con el laurel y la nuez moscada, a fuego bajo, hasta que la cebolla empiece a transparentarse, pero sin que se dore.
- Pasa por harina los tacos de lomo y fríelos en una sartén con el resto del aceite, a fuego vivo, hasta que queden bien dorados de modo



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos
de carbono
22.9 g

Grasas

15.1 g

Kcal

406

Proteínas

39.3 g

uniforme. Retíralos y déjalos en un escurridor.

- Pon las almejas en una cazo al fuego, hasta que se abran. Desecha las que queden cerradas.
- Agrega el lomo a la cazuela, mezcla bien y añade el vino en el que se ha macerado la carne. Deja cocer a fuego bajo hasta que el vino se haya evaporado. Si ves que los tacos todavía no están tiernos, añade un poco de agua y deja cocer unos minutos más.
- Añade las almejas y deja cocer 5 minutos más, removiendo de vez en cuando para que se mezclen los sabores.