



MAGRO DE CERDO AL TOMATE

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 600 g de carne magra de cerdo para guisar
- 240 g de pimiento verde
- 100 g de cebolla
- 450 ml de salsa de tomate
- 75 ml de vino tinto
- sal
- pimienta

LA PREPARACIÓN

- Repasa la carne cortándola en trocitos de bocado y retira los excesos de grasa y Pica los pimientos en trocitos y fríe a fuego lento en una sartén con aceite de oliva virgen extra.
- Cuando los pimientos estén blanditos, añade la cebolla muy picada y deja que se poche, siempre a fuego lento. En cuanto esté transparente, añade los trozos de magro de cerdo, salpimienta y saltea, subiendo un poco el fuego.
- paso a paso magras
- Añade el tomate frito, y deja cocer el conjunto durante unos 10 minutos, mezclando bien. Pasado ese tiempo, añade el vino tinto y deja cocer, durante 10 o 15 minutos, hasta que el alcohol se haya evaporado y la carne esté bien



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 6.7 g	Grasas 19 g
Kcal 356	Proteínas 35 g

tierna.