

Lomo de cerdo con cebolla caramelizada y queso gratinado acompañado de patatas al horno y judías verdes

Familia

Cocinando: 20 min • Listo en: 35 min

1



Lomo de cerdo



Patata



Cebolla



Judías verdes



Vinagre balsámico



Queso rallado

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, jarra medidora, bol mediano, sartén.

Ingredientes

	2P	4P
Lomo de cerdo*	250 gramos	500 gramos
Patata	400 gramos	800 gramos
Cebolla	½ unidad	1 unidad
Judías verdes	100 gramos	200 gramos
Vinagre balsámico* 14)	1 sobre	2 sobres
Queso rallado* 7)	25 gramos	50 gramos
Ajo	1 unidad	2 unidades
Azúcar	1 cucharadita	2 cucharaditas
Agua	50 ml	100 ml

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	443 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2569/ 617	580/ 139
Grasas (g)	33,1	7,5
de las cuales saturadas (g)	11,9	2,7
Carbohidratos (g)	43,2	9,8
de los cuales azúcares (g)	5,0	1,1
Proteínas (g)	29,5	6,7
Sal (g)	0,2	0,1

Alérgenos

7) Leche 14) Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?
Entra en hellofresh.es o nuestra app
para evaluar la receta.



Hornea las patatas

Precalienta el horno a 200°C. Corta las **patatas** en gajos de 2 cm de ancho. Ponlas en una bandeja de horno con papel de horno. Agrega un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta** al gusto y mezcla bien. Hornea las **patatas** en el estante medio del horno durante 25-30 min o hasta que estén doradas. Da la vuelta a mitad de cocción.



Gratina el queso

Coloca la **cebolla caramelizada** encima de cada **lomo de cerdo** y, luego, añade la mitad del **queso rallado** (doble para 4p) por encima, presionando un poco para que se adhiera a la carne. Cuando le queden unos pocos minutos a las **patatas**, mete el **lomo de cerdo** en el estante superior del horno y cocina durante 4-6 min, hasta que el **queso** se gratine.



Carameliza la cebolla

Pela la **cebolla** y corta una mitad (doble para 4p) en rodajas finas. Calienta un chorrito de **aceite** en una sartén a fuego medio. Una vez caliente, añade la **cebolla**, **sal** y **pimienta** y cocina 8-10 min, hasta que esté blanda y caramelizada. Remueve constantemente. Añade el **vinagre balsámico** con el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes) y cocina durante 1 min, hasta que el líquido se haya evaporado. Reserva en un bol.



Prepara las verduras

Pela y pica el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Retira las puntas de las **judías verdes** y córtalas en tercios. En la misma sartén, agrega un chorrito de **aceite** junto con el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min o hasta que se dore. A continuación, añade las **judías verdes** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes) y cocina durante 8-10 min o hasta que se ablanden. **Salpimenta** al gusto.



Cocina el lomo

Salpimenta los **lomos de cerdo**. En la misma sartén que has utilizado para la **cebolla**, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Una vez caliente, añade los **lomos de cerdo**. Cocina 1 min por lado, hasta que los **lomos de cerdo** se doren. Retira de la sartén y colócalos en una bandeja de horno con papel de horno. **RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



Emplata y disfruta

Una vez que todo esté listo, sirve el **lomo de cerdo** y acompaña con las **patatas** y **judías verdes**.

¡Que aproveche!