

PLUMA IBERICA CON ALI-OLI DE ROMERO Y ENSALADA DE TOMATES Y LIMONES ASADOS



INGREDIENTES

6 filetes de pluma de cerdo ibérico	1 cucharada azúcar
150 g aceite romero	Salvia
2 dientes ajo	500 g tomates cherry de varios colores
Romero fresco	150 g rúcula
Aceite oliva	Hojas de menta fresca
Pimienta, sal	1 granada
	Sirope de ágave
ENSALADA DE TOMATES Y LIMONES	1 cebolla tierna
ASADOS	Sal, pimienta

2 limones ecológicos
Aceite oliva

MODO DE HACERLO

ALI-OLI DE ROMERO

Pelar los ajos, retirar el germen y machacar en un mortero con un poco de sal, con la ayuda de un mazo.

Ir agregando el aceite de romero poco a poco hasta emulsionar. Reservar.

Disponer los filetes de pluma en una fuente de horno. Cubrir con el ali-oli de romero y hornear a 190° unos 12-15 minutos.

ENSALADA DE TOMATE Y LIMONES ASADOS

Lavar y cortar los limones en cuartos/octavos. Blanquear en agua hirviendo durante 2 minutos. (se puede repetir la operación). Escurrir y secar bien las rodajas de limón. Hacer una mezcla con el aceite de oliva, la salvia, el azúcar y un poco de sal. Pintar las rodajas y llevar al horno para asar a 170° hasta que estén secos, unos 25-30 minutos. Dejar enfriar.

En un bol, disponer el resto de los ingredientes, aliñar con una vinagreta hecha con el sirope de arce, aceite de oliva, sal y pimienta.

En el último momento, mezclar con la rúcula y la menta y adornar con los limones asados.

VARIANTES

Sustituir la pluma por secreto ibérico, solomillo de cerdo o de ternera. Confit de pato a la plancha o magret.

Sustituir el aceite de romero por otras hierbas como tomillo, orégano, albahaca, eneldo.

Los limones asados se pueden comprar ya hechos.

CONSERVACIÓN

La carne una vez horneada se recomienda su consumo inmediato, al igual que la ensalada si ya está aliñada.