

Ingredientes

- 600 g de solomillo
- 1 cebolleta
- 2 manzanas golden
- 8 ciruelas secas sin hueso
- 100 ml de vino de oporto
- 400 ml de caldo de carne
- 10 g de harina de maíz
- 30 ml de aceite de oliva
- Sal y Pimienta negra



Fuente foto: www.lacocinaderadiofilabres.blogspot.com.es

Fuente receta: www.consumer.es

La Receta

Salpimentamos los solomillos, los ponemos en una bandeja de horno y les echamos un chorrito de aceite.

Los metemos al horno a 180° C durante 20 minutos aprox. Cuando estén cocinados los sacamos del horno y los reservamos.

Pochamos la cebolleta picada en una sartén. Cuando esté transparente añadimos el vino de Oporto y dejamos que se cocine unos instantes. A continuación añadimos el caldo de carne y dejamos reducir toda la salsa. Una vez que la salsa está reducida a la mitad de su volúmen, la colamos desechando la cebolleta, la ligamos con un poco de harina de maíz, ponemos a punto de sal y la reservamos.

Para la guarnición descorazonamos la manzana, la cortamos en gajos y la ponemos con las ciruelas sobre un plato para horno microondas.

Espolvoreamos la guarnición con azúcar y ponemos unos daditos de mantequilla y un chorrito de vino blanco. Introducimos en el horno microondas durante 5 minutos .

Emplatamos, cortando los solomillos en rodajitas y finas. Añadimos la guarnición a un lado y salseamos la carne.