

# Bistec de cerdo



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 15min , Tiempo de cocción: 1hrs. 0min

Tiempo total: 1hrs. 15min , Número de porciones: **4**

**0** Calorías , **0 g** Azúcares , **0 g** Grasas , **0 g** Proteínas

**Autor:** sikorova.dorota

**Url:** <https://srecetas.es/bistec-de-cerdo>

## Preparación

Deshágase de los tendones de carne de cerdo y grasa. Cortar en 4 rodajas Y golpee un poco. Espolvorear la carne con sal y pimienta y rociar con limón. Caliente el aceite en una sartén, agregar la carne y freír rápidamente en ambos lados. Vierta 200 ml de agua, rociar con la salsa de soja, cubra con una tapa y cocine a fuego lento 45-55 minutos hasta que estén tiernos. Retire la carne, vierta la harina mezcle con el agua restante y revuelva. Sazonar con sal, pimienta y dejar hervir la carne con la salsa . Puede acompañarlo con una ensalada.



## Ingredientes

- 500 ml de agua
- 500 g de lomo de cerdo
- 4 cucharadas de aceite de girasol
- 1 cucharada de harina tamizada
- 1 cucharada de pimienta
- 1 cucharada de salsa de soja
- un poco de sal

## Categorías

Un día normal, Todo el año, Costosa, Plato Principal