

# Lomito con mix de vegetales



**Dificultad:** 🍴🍴🍴🍴🍴

Tiempo de preparación: 25min , Tiempo de cocción: 30min

Tiempo total: 55min , Número de porciones: 4

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

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/lomito-con-mix-de-vegetales>

## Preparación

Disolver el pimentón en ½ vaso de agua tibia y reservar. Realizar un corte en forma de cruz en la parte superior de los tomates y colocarlos dentro de una cacerola con agua hirviendo. Dejar unos minutos hasta que se desprenda un poco el hollejo, luego sumergirlos en agua fría, pelarlos y picarlos. Cortar la berenjena en dados y el resto de las hortalizas en fina juliana. Calentar una sartén, verter un poco de aceite de oliva y rehogar la cebolla y los pimientos 2 ó 3 minutos, agregar luego la berenjena y los tomates, condimentar con las hierbas y el pimentón, continuar la cocción a fuego mínimo unos minutos más para que se impregnen bien los sabores. Luego retirar y agregar el resto del aceite. Disponer la preparación en una fuente y servir tibia o fría acompañada por los medallones de lomo grillados. Disfrute! Fuente: Recetas Natura

## Ingredientes

- ✓ 1 Berenjena
- ✓ 1 Cebolla
- ✓ 1 Pimiento rojo
- ✓ 1 Pimiento verde
- ✓ 4 Tomates
- ✓ 1 poco Laurel
- ✓ 1 poco Tomillo
- ✓ 1 poco Pimentón molido
- ✓ 1 poco Sal
- ✓ 1 poco Hojuelas de pimiento (ají molido)
- ✓ 1 poco Aceite de oliva
- ✓ 4 rebanada/s Lomo

## Categorías

Un día normal, Un día normal, Todo el año, Carne, Vegetales, Comida para todos los días, Familia, Una cocinera experta, Plato Principal

