

## Carne a la Pimienta con Salsa de Champiñones



### Sirve:

4 raciones

### Pieza:

Saladmaster Food Processor  
10" Chef's Gourmet Skillet  
12" Chef's Gourmet Skillet  
small mixing bowl

**Valora:** ★★★★★

### Contribuido por:

Chef Erling Theodorsen  
Galaronado chef noruego

[Agregar un Comentario](#)

Plato Principal

12 onzas de  
solomillo  
(340  
g)

- 1 cebolla roja, cortada con Cono #2
- ½ pimiento rojo, cortado en juliana
- 4 champiñones, cortados con Cono #4

### Salsa de Champiñones

4  
champiñones, cortados con Cono #4 2  
dientes de ajo, rallados con Cono #1  $\frac{3}{4}$   
taza de nata (180 ml)  $\frac{1}{2}$

taza de caldo de carne (120 ml) sal y pimienta al gusto

3 cucharadas de aceite (45 ml) **Preparación :**  
2 patatas, finamente picadas sal y pimienta al gusto

1. Saca la  
carne de

- la nevera 30 minutos antes de cocinar.
2. Pon la cebolla, el pimiento rojo y los champiñones en un bol pequeño.
3. Precalienta la Sartén Gourmet 12" a fuego medio. Cuando al salpicar varias gotas de agua, resbalan y chisporrotean, pon la carne en la sartén. Cocina según el gusto. Poco hecha: 1 - 2 minutos por cada lado; En su punto: 3 minutos por cada lado; Muy hecha: 1 minuto por cada lado, luego baja el fuego y cocina 4 minutos por cada lado.
4. Cuando la carne esté hecha, saca de la sartén y deja reposar unos 10 minutos.
5. En la misma sartén, pon las verduras del bol pequeño y saltea hasta que estén tiernas y crujientes.

## Salsa de Champiñones

1. Precalienta la Sartén Gourmet 10" a fuego medio. Cuando al salpicar varias gotas de agua, resbalan y chisporrotean, añade los champiñones y cocina hasta que se doren, removiendo frecuentemente.
2. Añade el ajo y cocina 2 minutos más.
3. Añade la nata y el caldo y reduce la temperatura a baja. Cocina hasta que espese, removiendo de vez en cuando. No dejes que se pegue a la sartén. Sazona con sal y pimienta al gusto.

## Patatas Taffel, opcional

1. Limpia la Sartén Gourmet 12" y pon a fuego medio-alto. Pon el aceite en la sartén y calienta.
2. Añade la 1/2 de las patatas y frie hasta que estén crujientes, removiendo de vez en cuando. Saca de la sartén y pon sobre papel de cocina para escurrir. Espolvorea con sal y pimienta.
3. Repite con el resto de las patatas.

## Consejos:

- Para montar el plato, pon 1/2 de la salsa en el plato. Pon el solomillo encima. Si se sirve con patatas Taffel, pon encima del solomillo. Sirve inmediatamente.

### Información nutricional por ración

Solomillo y Salsa de Champiñones

**Calorías:** 409

**Grasa Total:** 30g

**Grasa** 15g

**Saturada:**

**Colesterol:** 119mg

**Sodio:** 253mg

**Carbohidratos:** 7g

**Fibra** 1g

**Dietética:**

**Azúcar:** 2g

**Proteína:** 29g