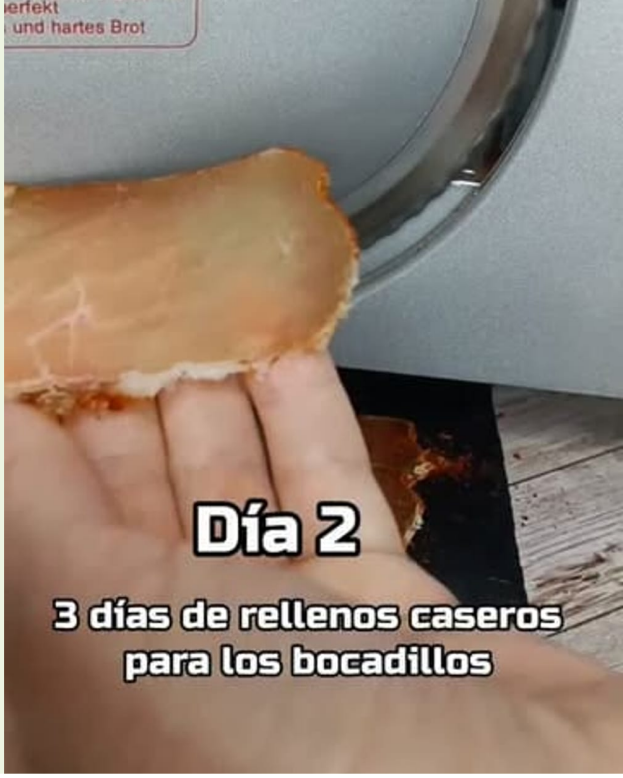
la cocina de los golosos



PLATOS PRINCIPALES

Lomo curado casero

+4h · 6 raciones · 303 kcal

Ingredientes

- **1 kg** de lomo de cerdo
- **1 kg** de sal gruesa
- **100 g** de azúcar
- Especias al gusto (pimentón de la Vera, orégano, ajo, tomillo, romero, perejil)
- **1 bolsa** de tela o vendaje apto para alimentos

POR RACIÓN

Proteínas	**36 g**
Grasas	**11 g**
Hidratos	**17 g**
Fibra	**0 g**

Elaboración

1. Mezclamos la sal con el azúcar y cubrimos completamente el lomo con la mezcla.
2. Tapamos con film transparente y dejamos en la nevera durante 24 horas.
3. Pasado ese tiempo, lavamos muy bien el lomo bajo el grifo y lo secamos perfectamente con papel de cocina.
4. En un recipiente mezclamos las especias que hayamos elegido.
5. Cubrimos generosamente todo el lomo con la mezcla de especias.
6. Lo envolvemos bien con la bolsa de tela o vendaje y lo dejamos colgado en la nevera durante 2-3 semanas.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de la cocina de los golosos
cooknest.app/@lacocinadelosgolosos · Instagram @lacocinadelosgolosos