Teresa



PLATS PRINCIPALS

Rellom de porc amb salsa de pomes

45min · 4 racions · 493 kcal

Ingredients

- **2** relloms de porc (rellomillo)
- **3** o 4 pomes Golden
- **100 ml** de vi
- Sal, oli, pebre
- **200 ml** de llet o nata de cuinar
- Herbes al gust

PER RACIÓ

Proteïnes	**57 g**
Greixos	**17 g**
Hidrats	**25 g**
Fibra	**3,8 g**

Elaboració

1. Eliminar les pells, si cal, i salpebrar els dos relloms
2. Pelar les pomes i tallar-les a daus
3. Posar oli en una paella i afegir durant dos minuts una branqueta de romaní
4. Eliminar el romaní i daurar bé la carn per tots costats, a foc viu
5. Afegir el vi i deixar evaporar uns 4 minuts
6. Afegir les pomes a la cassola i donar-hi unes voltes
7. Coure tapat uns 30 minuts a foc suau, girant de tant en tant
8. Punxar per comprovar la cocció. Depèn de la mida de la carn
9. Separar els lloms i triturar el suc i les pomes amb la nata
10. La salsa queda gustosa i una mica dolça. Rectificar de sal i pebre si convé
11. Tallar els relloms a rodanxes mitjanes i servir amb la salsa

Fet amb CookNest

Totes les receptes de Teresa
cooknest.app/@receptesexpress · Instagram @receptesexpress