

# Lomo a la sal en el microondas



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Monónimo **Recetizador:** laly



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Muy económico

## Descripción:

## Ingredientes para 4 personas :

- 500 g de lomo de cerdo
- Especias al gusto
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal gruesa

## Preparación:

### Paso 1

Untamos la pieza de lomo de cerdo con aceite de oliva virgen extra por todos los lados y las especias que más nos gusten. Ponemos sobre una capa de sal gorda. Cubrimos todo el lomo con sal, tiene que estar totalmente cubierto y envolvemos muy bien con papel film. Introducimos en el microondas a máxima potencia 12 minutos. Sacamos, dejamos que se temple, quitamos el papel y eliminamos la sal. Lo cortamos en rodajas y servimos, ideal acompañado sólo de un chorreón de aceite de oliva virgen extra y un poco de pimienta recién molida.