

**Creador:** bertodu **Recetizador:** eva de la torre



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**El truco de esta receta:**

si no se tiene caldo preparado se le puede añadir una pastilla de caldo concentrado teniendo cuidado de no echarle sal

## Descripción:

fácil, rápida y rica, tanto para mayores como para niños, ya que el vino se evapora y queda un aspecto caramelizado en la salsa

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 o 2 según tamaño de solomillo de cerdo
- media cebolla
- 1 naranja
- 1 vasito de vino de jerez
- 1 vaso de caldo de pollo
- 1 pimiento verde italiano
- 1 cuchara de harina
- -Aceite de oliva
- una pizca de sal
- una pizca de pimienta

## Preparación:

### Paso 1

preparar los ingredientes, el caldo lo tenemos preparado de antemano, se puede usar tanto de pollo como de carne, en este caso he usado de pollo

### Paso 2

preparar el solomillo, salpimentar, quitarle las telillas y cortarlo en rodajas finas

### Paso 3

pasar por la sartén con un poco de aceite los filetes de solomillo, vuelta y vuelta y reservarlos en un plato, de mientras cortar la cebolla en láminas finas y el pimiento

#### **Paso 4**

*lavar la naranja y rallar la piel en un plato*

#### **Paso 5**

*En una cazuela o sartén poner a pochar la cebolla y el pimiento, añadir la ralladura de naranja y la cucharada de harina, remover bien, añadir el vaso de vino y el de caldo, dejar reducir la salsa unos 5 minutos*

#### **Paso 6**

*echar el solomillo y mezclarlo todo , mantenerlo unos 10 minutos a fuego medio, la salsa va espesando y cogiendo un color caramelizado.*