

Lomito en wok con teriyaki de papelón

Ingredientes

Para la salsa teriyaki de papelón.

1 kilo de Lagarto con hueso una rama de céleri cortado groseramente

1 zanahoria cortada groseramente una cabeza de ajó cortada groseramente

2 tazas de vino tinto

2 litros de agua más una taza

3 hojas de laurel un clavo de olor

1 rama de perejil

1 cucharada de pasta de tomate

150 gramos de papelón

1 ají picante

10 cucharaditas de salsa de soya

Para la carne

Un kilo de lomito cortado en tiritas o cuadritos pequeños del grosor de una milanesa

2 cucharaditas de aceite vegetal

1 cucharada de aceite de ajonjolí

3 cucharaditas de jengibre fresco picado en tiritas muy finas

2 dientes de ajo cortados en láminas

12 ramas de cebollín cortadas en tiras una taza de vegetales cortados en Juliana (cebolla, pimentón, etcétera)

1 taza de espinaca cortada en tiras

Preparación

1 Para preparar

la salsa coloque en una bandeja, el lagarto con hueso junto los vegetales y

hornea a fuego muy alto hasta que todo esté dorado.

2 Agregue media

taza de vino tinto y con cuchara de madera raspe cualquier pegadito en la

bandeja, páselo todo a una olla añada el vino restante 2 litros de agua, las

hierbas y la pasta de tomate.

3 Cocine a fuego

lento hasta que sólo quede tres cuartos de taza de líquido y cuele.

4 En otra ollita

cocine a fuego bajo el papelón, el ají y una taza de agua hasta obtener un

almíbar. Retire, el ají y agregue la soya y la salsa de vino.

5 Caliente muy

bien un Wok o en su defecto un sartén bien grande agregue los aceites Y luego

el jengibre y el ajo sofría hasta que se dore el ajo y agregue el cebollín y la

carne.

6 Cuando la carne

esté bien dorada agregue los vegetales y acabo de 2 minutos añada la salsa de

papelón y vino más las espinacas apague el fuego y sirva con arroz blanco.

Receta del chef venezolano Sumito Estévez