

SÁNDWICH DE CERDO HORNEADO

Por Nicolás Hoyos



Ingredientes **Para el cerdo**

- ✓ 1 kg de bondiola de cerdo
- ✓ Comino en polvo
- ✓ Romero fresco
- ✓ Tomillo fresco
- ✓ Sal



Dirección: Cra 23 No. 18-61 Tercer piso
Teléfonos: +(57) 301 433 81 76 +(57) 318 7724784
Código Postal 520001 Correo electrónico: ossan@nariño.gov.co
- www.obssan-nariño.wixsite.com/siweb
- Es su responsabilidad ecológica imprimir este documento

- ✓ Pimienta negra recién molida y gruesa
- ✓ 1 cabeza de ajo
- ✓ 4 unidades de cebolla larga
- ✓ 1 puñado de perejil
- ✓ 1 puñado de cilantro
- ✓ 300 ml de aceite de girasol
- ✓ 500 ml de cerveza
- ✓ 50 gr de panela
- ✓ Para los vegetales
- ✓ 2 zanahorias
- ✓ 300 ml de vinagre blanco
- ✓ 200 ml de agua
- ✓ 200 gr de azúcar
- ✓ Cubios encurtidos
- ✓ Cogollo de lechugas
- ✓ Para la mayonesa
- ✓ 3 tallos de cebolla larga
- ✓ 500 ml de aceite de girasol
- ✓ 1 huevo
- ✓ Jugo y ralladura de un limón

Para el pan

- ✓ 250 gr de maíz amarillo morocho hecho puré y fermentado por al menos 15 días
- ✓ 500 gr de harina de trigo blanca
- ✓ 250/300 ml de leche
- ✓ 25 gr de panela
- ✓ 12 gr de sal
- ✓ 10 gr de levadura

Procedimiento

Agregar a la carne la mezcla de comino, pimienta, tomillo y romero, picados finamente, y dejar entre tres y cuatro horas en refrigeración. Echar el ajo, la cebolla larga, el perejil, el cilantro, la sal, la panela y la cerveza en una licuadora. Mientras se licúa, agregar el aceite en forma de hilo para que se emulsione bien. Introducir el cerdo



en una bolsa plástica, añadir la marinada líquida, cerrar la bolsa y dejar en refrigeración entre 12 y 24 horas.

Precalear el horno a 160 °C/ 320 °F. En una placa para horno profunda, poner la carne con la marinada. Tapar con papel aluminio y cocinar por hora y media. Retirar el papel aluminio y algo de la marinada en caso de exceso, y subir la temperatura del horno a 200 °C/400 °F por media hora más, o hasta que esté dorado. Retirar y dejar reposar por 40 minutos. Cortar o desmenuzar según el gusto. Devolver a la marinada que quedó en la placa.

Para la mayonesa

Quemar literalmente la cebolla en la estufa, dejar enfriar y agregar a la licuadora. Añadir el jugo de limón, la ralladura, la sal y un huevo. Licuar por unos segundos hasta eliminar los trozos y agregar el aceite de girasol en forma de hilo hasta que quede bien espesa. Reservar.

Para las zanahorias encurtidas

Cortar las zanahorias en rodajas muy finas. En una olla, agregar el azúcar, el agua y el vinagre. Entibiar y añadir las zanahorias.

Para el pan

Hacer una corona con la harina. En el centro, echar los demás ingredientes. Incorporar poco a poco. Una vez esté todo junto, amasar por 10 minutos. Dejar reposar a temperatura ambiente por 2 horas y luego refrigerar hasta el otro día.

Porcionar la masa en esferas de 80 gr. Pintar con huevo y un poco de sal. Hornear a 180 °C por 15 minutos.

