



FILETE DE RES CON SALSA DE FLOR DE CALABAZA

Ingredientes:

- 4 medallones de filete de res
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de aceite vegetal

Para la salsa:

- 1 cucharada de aceite vegetal
- ½ pieza de cebolla fileteada
- 2 manojos de flor de calabaza limpia
- 1 lata de media crema (225 gr)
- 1 lata de leche evaporada (340 ml)
- 1 cucharadita de consomé de pollo en polvo

Procedimiento:

1. Salpimenta los medallones y séllalos por ambos lados en una sartén con aceite vegetal. Tapa y cocina a fuego bajo hasta que se cocine la carne.
2. En una cacerola con aceite vegetal, saltea la cebolla hasta que se vea transparente. Agrega la flor de calabaza, tapa y cocina hasta que la flor se suavice.
3. Licúa con la media crema, la leche evaporada y el consomé. Regresa al fuego y permite que suelte el hervor.
4. Sirve los filetes con la salsa y ofrece.

Tiempo de preparación:

Grado de dificultad:

Porciones:

Fácil

4