

Carrillera de cochino negro canario en adobo con salsa de vino tinto, acompañada de puré de batata y verduras

By Chefs Diego y Fabio Carducci

El Restaurante Sabor Canario nos trae una receta que encapsula la esencia de su rica tradición culinaria y el uso de productos locales de calidad. Presentamos la carrillera de cochino negro canario, una carne tierna y jugosa que se marina en un adobo aromático y se sirve con una exquisita salsa de vino tinto.

Acompañada de un suave puré de batata y verduras frescas, esta receta no solo promete deleitar el paladar, sino también transportar a los [comensales](#) a las profundidades de los sabores autóctonos canarios. Perfecta para una comida especial, esta combinación de ingredientes locales y técnicas tradicionales es un homenaje a la [gastronomía](#) de las islas.

Ingredientes:

- Carne (tipo a especificar, por ejemplo, ternera o cerdo) en cantidad suficiente para varias raciones de 250 g cada una
- Vino tinto del país
- Sal y pimienta al gusto
- Hojas de laurel
- Comino
- Tomillo
- Pimentón
- Ajos picados

- Salsa al vino tinto (preparada previamente o comprada)
- Batata dulce de Lanzarote
- Verduras variadas para la plancha
- Tres camarones por plato (opcional)

Instrucciones para adobar la Carrillera de cochino negro:

1. Preparar el adobo:

- En un recipiente grande, mezclar el vino tinto, sal, pimienta, hojas de laurel, comino, tomillo, pimentón y ajos picados.
- Sumergir la carne en el adobo, asegurándose de que quede bien cubierta.
- Cubrir y dejar reposar en el refrigerador durante 24 horas.

2. Preparar la carne para cocinar:

- Al día siguiente, retirar la carne del adobo y cortarla en raciones de 250 g.
- Colocar cada ración en una bolsa de vacío junto con parte del jugo del adobo.
- Utilizar una máquina de vacío para sellar las bolsas asegurándose de que estén bien cerradas.

3. Cocinar la carne:

- Sumergir las bolsas selladas en sous-vide a temperatura controlada de 65° y cocinar durante 72 horas.

4. Preparar el acompañamiento y la salsa:

- Preparar el puré de batata dulce cocinando las batatas hasta que estén tiernas y luego machacándolas hasta obtener un puré suave.

- Asar o saltear las verduras seleccionadas.
- Cocinar los camarones, si se utilizan, hasta que estén rosados y firmes.

5. Finalizar el plato:

- Retirar una bolsa de carne del baño María, abrir y transferir la carne a una sartén.
- Añadir la salsa al vino tinto y cocinar a fuego medio-alto hasta que la salsa se reduzca y espese ligeramente.
- Servir la carne con el puré de batata, las verduras y los camarones.
- Verter la salsa reducida sobre la carne al emplatar.

Notas:

- Asegúrate de mantener la temperatura el sous-vide constante para una cocción uniforme de la carne.
- Ajusta la cantidad de adobo y el tiempo de marinado según el tipo de carne y tus preferencias personales.