

LOMO DE CERDO ASADO CON MOJITO

INGREDIENTES (8 porciones)

Para el mojito:
1 cabeza de ajo pelado
1 cda. sal reducida en sodio
1/2 taza aceite de oliva **Betis Puro**
1/4 taza **vinagre de vino tinto Betis**
1 ramo de cilantro
1/2 cdta. comino

Para el lomo:
1 lomo de cerdo
Sal reducida en sodio
y pimienta a gusto

Valor Nutricional por servicio
270 Calorías
150 Calorías de Grasa
16g Grasa Total
3g Grasa Saturada
0g Trans
60mg Colesterol
540mg Sodio
2g Carbohidratos
0g Fibra
0g Azúcar
27g Proteína

PROCEDIMIENTO

En un procesador, mezclar uniformemente todos los ingredientes del mojito. En un recipiente profundo, sazonar el lomo de cerdo con la sal y pimienta y verter el mojito cubriendo la carne completamente. Tapar el recipiente y marinar de dos a cuatro horas. Precalentar el horno a 375° F. En un molde profundo para hornear, colocar el lomo marinado y hornear por 45 minutos a una hora, remojando de vez en cuando con su propio jugo. Una vez cocido, colocar el líquido en una cacerola a fuego medio alto y reducir a la mitad.

Para servir: Rebanar el lomo y agregarle el mojito.

