



FILETE DE RES EN SALSA DE FRIJOL

4 porciones

Ingredientes:

- 4 medallones de filete de res
- Sal y pimienta al gusto
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1/3 taza de caldo de pollo o res

Para la salsa de frijol:

- 2 tazas de frijoles bayos refritos
- 1 taza de leche
- 1 taza de agua
- 2 cucharaditas de consomé de pollo en polo

Para acompañar:

- 100 gr de queso panela rallado
- ½ taza de crema espesa
- 2 tazas de tiras de totilla fritas
- 2 cucharadas de cilantro picado

Preparación:

1. Salpimenta los medallones por ambos lados. En una sartén caliente con aceite, sella los medallones. Agrega el caldo y tapa. Cocina a fuego bajo hasta obtener el termino de cocción deseado.
2. Para la salsa, licua los frijoles con la leche, el agua y el consomé de pollo en polvo. Vierte la salsa en una cacerola y permite que suelte el hervor.
3. Sirve cada medallón con un poco de salsa de frijol. Espolvorea el cilantro, el queso y la crema. Acompaña con las tiras de tortilla y ofrece.

Tiempo de preparación: 25 minutos

Grado de dificultad: **

Muy Fácil: *
Fácil: **
Medio: ***
Difícil: ****



Muy Dificil: *****