

Chuletas de Cerdo con Recaito

Tiempo total	Porciones
25 minutos	4

Ingredientes

- 4 chuletas de cerdo deshuesadas (alrededor de 1 ¾ lb)
- 1 cucharadita de sazón completa
- 1 cucharada de aceite de oliva extra virgen
- 4 dientes de ajo
- 1 taza de salsa para sazonar recaito
- ½ taza de vino blanco seco (o caldo de pollo)
- 1 lima, para el jugo
- 1 taza de mezcla trinidad de tomate (tomate, pimiento y cebolla fresca, en cubitos)
- 1 cucharada de azúcar moreno

Pasos

1. Sazona ambos lados de las chuletas de cerdo con la sazón completa (lávate las manos).
2. Precalienta un sartén grande, a fuego medio-alto, de 2 a 3 minutos. Vierte el aceite en el sartén. Añade las chuletas de cerdo; cocina de 2 a 3 minutos, por cada lado, hasta que se doren. Mientras tanto, pica el ajo finamente.
3. Reduce a fuego medio; incorpora el ajo, la salsa recaito y el vino. Exprime el jugo de la lima sobre las chuletas de cerdo; cocina de 5 a 7 minutos, volteándolas una sola vez, hasta que el cerdo alcance 145°F.
4. Retira el cerdo del sartén y tapa para mantenerlo tibio. Coloca la mezcla trinidad y el azúcar moreno en el sartén; cocina de 2 a 3 minutos, revolviendo frecuentemente, hasta que el azúcar se disuelva y las verduras se suavicen. Vuelve a colocar las chuletas de cerdo en el sartén, volteando para cubrirlas con salsa. Sirve la salsa sobre las chuletas de cerdo.

Información nutricional

Cantidad por cada ¼ de receta: Calorías 420, Grasa total 19g, Grasas saturadas 5g, Grasas trans 0g, Colesterol 115mg, Sodio 530mg, Carbohidratos 7g, Fibra 1g, Azúcar total 5g (Incl. 3g azúcares añadidos), Proteína 35g, Vitamina D 6%, Calcio 4%, Hierro 6%, Potasio 10%