

PLATO DE FONDO

ARROLLADO DE MALAYA CON VERDURAS



Ingredientes:

- Malaya
- 2 cucharadas de mostaza
- Pimienta
- Hojas de acelga cruda
- 2 o 3 zanahorias en bastones
- Verduras

Preparación:

- Poner sobre la mesa un rectángulo de Alusa plástico. Sobre el plástico tratar de formar la más parecida a un rectángulo con una malaya (si es necesario puedes golpear la carne, pero siempre hazlo con un plástico de por medio. Así no se romperá la carne y podrás darle más forma). Yo siempre uso malaya (la malaya es un corte con bastante grasa, me refiero a que no tiene excesos ni grasa dura) Si la tuya tiene mucha grasa sácale lo que más puedas.
- Poner sobre la carne dos cucharadas de mostaza, sal y pimienta y esparcir por toda la superficie.
- Cubrir la malaya casi por completo, como si fuera un brazo de reina, con hojas de acelga cruda, luego poner dos o tres zanahorias en bastones cubriendo las hojas. Usé verduras ... Con ayuda del plástico enrollar la carne con el relleno de verduras.
- Es importante que cuando termines de enrollar estén pegadas carne con carne, ya que así es la única forma que se quede con la forma cilíndrica cuándo lo tengas cocido. Cuando terminas de enrollar envolver, envolver y envolver con más Alusa Plast, todas las veces que sea necesario, el rollo de carne para que quede totalmente impermeabilizado.
- Poner el rollo plastificado en una olla con abundante agua tapar y cocinar por una hora por lo menos. Sacar del agua, dejar enfriar y cortar en rodajas.
- A mí me gusta comerla a temperatura ambiente con un rico pan amasado y mayonesa casera. ¡¡Usted se lo come como quiera!! Puedes rellenar la malaya con lo que tú quieras, huevos duros aceitunas alcaparras chorizo

