



RELLOM DE PORC AMB PESTO

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 600 g de rellomello de porc
- 200 ml de nata
- 20 g de oli d'oliva
- Per a la salsa:
- 50 g de pinyons
- 50 g de formatge parmesà
- 5 fulles de alfàbega
- oli d'oliva
- 1 dent de all

LA PREPARACIÓ

- Daura intensament la peça del rellom de porc amb d'oli d'oliva, girant-la perquè prenga color. És important fer esta part amb el foc molt fort perquè l'exterior es daure de forma ràpida sense que es coga massa l'interior del rellom i evitar així que es resseque amb una cocció llarga.
- Afig-hi la nata líquida i cou en esta el rellom, deixant que es faça durant uns 16 minuts. En eixe temps has de donar-li un quart de volta cada 4 minuts perquè es faça de forma homogènia. Mentre es va fent, prepara el pesto.
- Per al pesto, usa la batedora i tritura tots els ingredients fins a obtindre'n una pasta. Pot ser necessari afegir-hi una miqueta més d'oli d'oliva o



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 2.4 g	Grases 38 g
Kcal 517	Proteïnes 40.8 g

una miqueta més d'alfàbega fins a aconseguir el punt. Quan la carn porte deu minuts coent-se amb la nata, destapa-la.

- Llavors afeg-hi quatre cullerades soperes del pesto i remena-ho bé. Talla la carn en filets grossos i servix-la arruixada amb la salsa.