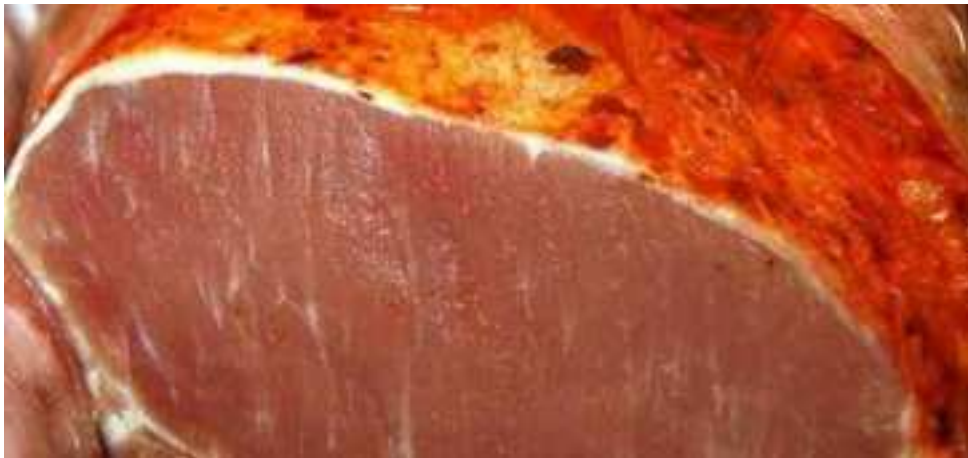


## Receta de Lomo Adobado Casero

22 Abr 2014



Buenos días a tod@s, para comenzar esta nueva semana de Marzo, os dejo la receta para que preparéis vuestra carne preferida en un rico adobo.

### Ingredientes

- Lomo de Cerdo en una pieza (de 1kg. aproximadamente)
- Pimentón de la Vera (5 cucharadas soperas rasas)
- Orégano (4 cucharadas soperas rasas)
- Aceite de oliva (5 cucharadas)
- Ajo en polvo (tres cucharadas, o cinco dientes de ajo bien machacados en el mortero)
- Laurel (Opcional, tres o cuatro hojas)
- Sal (una cucharada soperas o dos según gustos)
- Agua (diez o doce cucharadas)

### Modo de Preparación

1. Limpiar de grasa la pieza de lomo o cualquier otra carne a adobar
2. En un bol u otro recipiente, poner todos los Ingredientes: menos la carne
3. Mezclar todo muy bien
4. Meter la pieza de lomo en la mezcla procurando que quede bien impregnada del adobo y taparlo
5. Guardar en el frigorífico 24 horas como mínimo
6. Pasado ese tiempo ya estará listo para ser cocinado como mejor os guste, a la plancha, guisado...