



# Entrecot con aluvias secas

## Ingredientes - Para 1 persona(s)

- 1 Ud. de *Entrecot*
- 100 g de *Alubias*
- 1 Grano(s) de *Ajo*
- 1 Pellizco(s) de *Sal*
- 1 Pellizco(s) de *Pimienta negra*
- 10 ml de *Aceite de oliva*

## Preparación

### Paso 1 - Aluvias

Para cocer las aluvias, que las vamos a saltear, necesitamos, primero, picar el ajo.

Lo añadimos a la sartén con el aceite frío y encendemos el fuego.

Limpiamos las Alubias (en este caso **las usamos en conserva, no necesitamos hidratarlas**) en agua abundante.

Cuando el ajo empieza a sofreír, antes de que coja color, añadimos las aluvias limpias y escurridas, para evitar que se queme el ajo, dejando de esa manera su aroma. Añadimos una pizca de sal y pimienta.

### Paso 2 - Entrecot

Encendemos la plancha con un rastro de aceite de oliva. Cuando esté bien caliente empezamos a cocer el corte, procurando girarlo cada medio minuto y así sellar bien las caras de la carne, evitando que pierda sus jugos.

Tras haber acabado de cocer las aluvias y el entrecot, los ponemos con cariño en el plato, añadiendo cada uno el complemento que más satisfaga. En mi caso, mayonesa.

¡Bon appetit!