

Argentina

Platos Fuertes

Milanesas de Ternera a la Napolitana Porteñas

Prep: 20m

Cocción: 20m

Σ Total: 40m

4 porciones



Ref. visual: Paulina Cocina

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [13]

- ☐ 1.5 lbs Nalga, bola de lomo o peceto de ternera en filetes finos
- ☐ 0.5 taza Harina de trigo todo uso (para enharinar)
- ☐ 3 unidades Huevos grandes
- ☐ 2 dientes Dientes de ajo finamente picados
- ☐ 2 cucharadas Perejil fresco picado fino
- ☐ 2 tazas Pan rallado de panadería fino
- ☐ 1.5 tazas Aceite vegetal o de girasol neutro (para freír)
- ☐ 1 taza Salsa de tomate casera
- ☐ 4 lonchas Jamón cocido en lonchas
- ☐ 2 tazas Queso mozzarella rallado o en lonchas (Polly-O / Galbani)
- ☐ 1 cucharadita Orégano seco
- ☐ 1.5 cucharaditas Sal kosher
- ☐ 0.5 cucharadita Pimienta negra recién molida

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Filetes de Ternera: Thin Cut Beef Top Round Cutlets
Corte magro y tierno que se cocina rápido sin endurecerse. • Carnicería fresca.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

1

Aplanar y Adobar a la Provenzal

5 min

Seca los 1.5 lbs de filetes de ternera, aplánalos finos y pásalos ligeramente por 0.5 taza de harina. Sumérgelos en los 3 huevos batidos con 2 dientes de ajo picados, 2 cucharadas de perejil fresco, 1.5 cucharaditas de sal y 0.5 cucharadita de pimienta negra.

✓ Control: Carne bien impregnada.

2

Apanar con Firmeza

5 min

Cubre con 2 tazas de pan rallado presionando firmemente con la palma de la mano para adherir bien.

✓ Control: Rebozado uniforme y seco.

3

Freír a Punto Dorado

5 min

Fríe en 1.5 tazas de aceite caliente a 350°F (175°C) por 2 minutos por lado hasta dorar y alcanzar $\geq 145^{\circ}\text{F}$ (63°C) internos. Escurre en papel absorbente.

✓ Control: Milanesas crujientes y doradas.

4

Montar Napolitana y Gratinar

6 min

Coloca en bandeja, cubre con 1 taza de salsa de tomate, 4 lonchas de jamón cocido, 2 tazas de mozzarella y 1 cucharadita de orégano seco. Gratina al horno a 400°F (205°C) durante 6 minutos.

✓ Control: Queso fundido y orégano fragante.

SEGURIDAD ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 145°F (63°C) MÍNIMO OFICIAL USDA PARA CORTES ENTEROS DE RES Y CERDO (CON 3 MIN DE REPOSO)
Seguridad Alimentaria USDA: Los cortes de res alcanzan la seguridad microbiológica a $\geq 145^{\circ}\text{F}$ (63°C) con 3 minutos de reposo. Desecha siempre cualquier marinada cruda o hiévela vigorosamente antes de usarla.

SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:
Rebozado dorado crujiente bajo una capa de mozzarella burbujeante y dorada en los bordes.

POR QUÉ FUNCIONA:
El Gratinado Breve: Gratinar solo a fuego superior (broiler) derrite el queso sin humedecer la base crujiente de la milanesa frita.

EVITA ESTE ERROR:
El rebozado se despega: Seca bien los filetes con toallas antes de pasarlos por huevo y presiona firmemente el pan.