

Mexicana / Carnes

Platos Fuertes

Ribeye Sellado al Hierro con Mantequilla de Ajo y Romero

⌚ Prep: 15m 🔥 Cocción: 12m ❄️ Reposo: 27m Σ Total: 54m 🍴 2 porciones



Ref. visual: La Capital (Óscar Herrera)

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [7]

- ☐ 2 lbs Corte de Ribeye grueso de 1.5 a 2 pulgadas
- ☐ 4 cucharadas Mantequilla sin sal europea (Kerrygold)
- ☐ 5 dientes Dientes de ajo enteros aplastados con piel
- ☐ 3 ramas Ramas de romero y tomillo frescos
- ☐ 1 cucharada Aceite neutro de alto punto de humo (aguacate o canola)
- ☐ 1.5 cucharaditas Sal kosher (Diamond Crystal Kosher Salt)
- ☐ 1 cucharadita Pimienta negra recién molida

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Ribeye Steak: USDA Prime or Choice Bone-In Ribeye
Grasa intramuscular que se funde en mantequilla pura. • 📍 Carnicería de Costco o Whole Foods.

Mantequilla: Kerrygold Pure Irish Butter
82% de grasa láctea con punto de quemado más alto y sabor a nuez. • 📍 Pasillo de lácteos.

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

1 Secar, Sazonar y Atemperar ⌚ 20 min
Seca el ribeye con toallas de papel, sazona todas sus caras con 1.5 cucharaditas de sal kosher y 1 cucharadita de pimienta negra recién molida, y deja atemperar 20 minutos.
✓ Control: Superficie seca y carne a temperatura ambiente.

2 Sellado Fuerte al Hierro ⌚ 8 min
Calienta la sartén de hierro fundido hasta que humee ligeramente con 1 cucharada de aceite neutro de alto punto de humo. Sella 3–4 minutos por lado y dora el borde de grasa (8 minutos en total).
✓ Control: Costra dorada oscura crujiente.

3 Bañado en Mantequilla (Arrosé) ⌚ 4 min
Baja el fuego a medio, añade la mantequilla sin sal, los ajos machacados y las ramas de romero y tomillo. Inclina la sartén y baña continuamente con la cuchara durante 4 minutos hasta alcanzar término medio-rojo (130°F / 54°C) o el estándar USDA de 145°F (63°C).
✓ Control: Mantequilla espumosa con aroma tostado a ajo y hierbas.

4 Reposo Sagrado ⌚ 7 min
Pasa el corte a una tabla de madera, vierte encima la mantequilla de la sartén y deja reposar 7 minutos antes de cortar en rebanadas gruesas.
✓ Control: Jugos redistribuidos sin escurrimiento en la tabla.

SEGURO ALIMENTARIA Y TEMPERATURA: 145°F (63°C) MÍNIMO OFICIAL USDA PARA CORTES ENTEROS DE RES CON 3 MINUTOS DE REPOSO
Seguridad Alimentaria USDA (≥145°F / 63°C + 3 min de reposo) vs Punto Culinario Término Medio-Rojo (130°F–135°F / 54°C–57°C): El USDA establece 145°F (63°C) con 3 minutos de reposo como el mínimo de seguridad microbiológica para cortes enteros de res. Si prefieres un punto culinario medio-rojo (medium-rare) a 130°F–135°F (54°C–57°C), utiliza cortes intactos no suavizados mecánicamente y sella toda la superficie a alta temperatura.

SEÑAL MAESTRA DE ÉXITO:
Costra caoba oscura profunda con interior sonrosado jugoso a término medio-rojo (130°F / 54°C).

POR QUÉ FUNCIONA:
El Bañado Continuo (Arrosé): Llevar la mantequilla espumosa con ajo sobre la carne transmite calor por convección cocinando el interior sin quemar la superficie.

EVITA ESTE ERROR:
La mantequilla se quemó y amargó: Sella primero en aceite de alto humo y añade la mantequilla en el último minuto bajando el fuego.