

Americana

Platos Fuertes

Bocados de Solomillo a la Mantequilla de Ajo y Papitas Doradas

⌚ Prep: 15m

🔥 Cocción: 15m

Σ Total: 30m

🍽️ 4 porciones



Ref. visual: Sam The Cooking Guy

SECUENCIA DE COCCIÓN Y PUNTOS DE CONTROL

- 1

Dorar las Papas

⌚ 9 min

Calienta 1 cucharada de aceite de alto punto de humo en la sartén de hierro fundido a fuego medio-alto. Dora las mitades de papas sazonadas con 1/2 cucharadita de sal kosher y 1/2 cucharadita de pimienta negra durante 9 minutos hasta que estén tiernas y crujientes. Retira y reserva.
✓ Control: Papas doraditas con interior blando.
- 2

Sazonar y Sellar la Carne

⌚ 3 min

Seca bien los cubos de res y sazónalos con 1 cucharadita de sal kosher y 1/2 cucharadita de pimienta negra recién molida. Agrega la cucharada restante de aceite a la sartén humeante, sella los cubos sin mover durante 2 minutos, voltea y sella 1 minuto más.
✓ Control: Costra dorada oscura y carne término medio-rojo.
- 3

El Baño de Mantequilla de Ajo

⌚ 2 min

Baja el fuego a medio, reincorpora las papas doradas, agrega la mantequilla sin sal y el ajo picado, y saltea continuamente durante 2 minutos mientras la mantequilla espuma.
✓ Control: Mantequilla burbujeante perfumada de ajo.
- 4

Toque Cítrico y Servir

⌚ 1 min

Retira del fuego, baña con el jugo de limón fresco y espolvorea el perejil picado. Sirve inmediatamente de la sartén a la mesa.
✓ Control: Sartén reluciente y aromática.

MISE EN PLACE / INGREDIENTES [9]

- ☐ 2 lbs Bife de solomillo o New York strip cortado en cubos de 1 pulgada
- ☐ 1 lb Papitas cambray o baby doradas cortadas a la mitad
- ☐ 4 cucharadas Mantequilla sin sal de alta calidad (Kerrygold)
- ☐ 6 dientes Dientes de ajo finamente picados
- ☐ 2 cucharadas Aceite de aguacate o canola de alto punto de humo, dividido
- ☐ 0.25 taza Perejil italiano fresco picado
- ☐ 1 cucharada Jugo de limón amarillo fresco
- ☐ 1.5 cucharaditas Sal kosher, dividida
- ☐ 1 cucharadita Pimienta negra recién molida, dividida

GUÍA DE SUPERMERCADO (EE. UU.)

Solomillo de Res: USDA Choice Top Sirloin or New York Strip

Corte magro pero sumamente tierno cuando se cocina rápido. • 📍 Carnicería.

Papitas Baby: Little Potato Company Baby Boomer

Piel delgada y pulpa cremosa que dora rápido. • 📍 Pasillo de verduras.

SEGUIDAD 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 dorada en los cubos de carne con interior tierno y papitas crujientes por fuera.

POR QUÉ FUNCIONA:
Cocción por Separado: Dorar las papas primero y retirarlas permite sellar la carne a temperatura extrema sin amontonar la sartén.

EVITA ESTE ERROR:
La carne soltó agua y no doró: Sella los cubos de carne en 2 tandas para que doren en seco en lugar de hervir.