

Las mejores de recetas

# CACHOPOS

elaborados con **TERNERA ASTURIANA**

## Receta 1. Cachopo tradicional

La Ternera Asturiana es ideal para la elaboración de cachopos por ser una carne tierna y magra, que ayuda a mantener el equilibrio de sabores entre sus componentes.



La Nueva España  
[www.ine.es](http://www.ine.es)



# Receta 1. Cachopo tradicional



## INGREDIENTES:

2 filetes de Ternera Asturiana I.G.P. - 4 lonchas finas de queso de vaca o mezcla. - 4 lonchas finas de jamón ibérico. - 100 gr. de harina blanca, 2 huevos camperos y 200 gr. de pan rallado. - Una pizca de sal y pimienta negra. - Aceite de oliva.

## GUARNICIÓN:

Patatas fritas y pimientos del piquillo.

## ELABORACIÓN:

Salpimentamos los dos filetes de Ternera Asturiana al gusto.

Ponemos un filete de Ternera Asturiana, encima extendemos el queso (2 lonchas), a continuación colocamos el jamón ibérico (4 lonchas) y ponemos otra capa de queso (2 lonchas), terminando con otro filete de Ternera Asturiana.

Presionamos bien los laterales de los filetes y los pasamos con mucho cuidado por harina, después por huevo batido y finalmente por pan rallado, cubriendo bien nuestro cachopo.

Freímos en abundante aceite muy caliente. Cuando esté dorado por una parte, le daremos la vuelta para que quede bien crujiente por ambos lados.

Lo servimos acompañado de patatas fritas y pimientos del piquillo.

## TRUCO:



Es fundamental espalmar nuestros filetes de Ternera Asturiana, así conseguiremos piezas más finas y grandes. Puedes hacerlo con una maza, espalmadera o con la mano cerrada a modo de martillo.

