

22 Ιουλίου 2019

Μπριζόλες χοιρινές στο τηγάνι με σάλτσα λαχανικών

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Γαστρονομία](#)





Υλικά

4 χοιρινές μπριζόλες, πάχους περίπου 2 - 3 εκ.

40 ml ελαιόλαδο

1 μέτριο καρότο, καθαρισμένο

1 μικρή πατάτα, καθαρισμένη

3 κλωνάρια σέλερι, ψιλοκομμένο

τα φύλλα από 4 - 5 κλωνάρια μαϊντανού, ψιλοκομμένα

1 κουτ. σούπας μουστάρδα (της αρεσκείας μας)

150 ml λευκό, ξηρό κρασί

150 ml νερό, ζεστό

ο χυμός από 1/2 λεμόνι

αλάτι, φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Διαδικασία

Στο μπλέντερ ή το μούλι βάζουμε το καρότο, την πατάτα, το ζεστό νερό, τη μουστάρδα και χτυπάμε για περίπου 2 λεπτά, έως ότου πολτοποιηθούν. Σε ένα μεγάλο αντικολλητικό τηγάνι με καπάκι ή σε μια ρηχή κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε δυνατή φωτιά και σοτάρουμε τις μπριζόλες, για περίπου 3 - 4 λεπτά από κάθε πλευρά, μέχρι να ροδίσουν. Αν δεν χωράνε όλες μαζί στο σκεύος, τις ψήνουμε σε δύο δόσεις, μοιράζοντας τα υλικά στα δύο.

«Σβήνουμε» με το κρασί και αφήνουμε για περίπου 2 - 3 λεπτά, έως ότου εξατμιστεί το αλκοόλ. Ρίχνουμε τα πολτοποιημένα λαχανικά, σκορπίζουμε το σέλερι, το μαϊντανό, αλάτι και πιπέρι. Χαμηλώνουμε τη φωτιά σε μέτρια θερμοκρασία, σκεπάζουμε με το καπάκι και μαγειρεύουμε για περίπου άλλα 10 λεπτά, μέχρι να ψηθεί το κρέας και να «δέσει» η σάλτσα.

Πηγή: gastronomos.gr