

## Hígado a la italiana



### Nombre de la receta

Hígado a la italiana

### Tiempo

30 Minutos

### Dificultad

Sencilla

### Personas

4

### Alérgenos



### Descripción

Hígado con cebolla y pimiento

### Ingredientes

- 1/2 kilo de hígado (cerdo o vacuno)
- 1 cebolla grande
- 1 pimiento verde
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharada sopera de harina
- 1/2 vaso vino seco
- 5 cucharadas soperas de vinagre
- 1 hoja de laurel
- al gusto de sal
- 3 cucharadas soperas de aceite de oliva
- al gusto de pimienta

## Pasos

**1** En primer lugar partimos nuestro hígado en este caso de cerdo en trozos.



**2** A continuación lo ponemos en un bol.



**3** Ahora cortamos la cebolla en juliana y el pimiento verde en tiras, al igual que los dos ajos pelados y laminados y lo ponemos todo sobre el hígado.



**4** Añadimos a continuación la hoja de laurel y sal y pimienta al gusto.



**5** En un vaso grande ponemos el vino con el vinagre y una cucharada sopera de harina. Removemos bien para que se deshaga la harina y lo volcamos sobre el hígado.



**6** Removemos todo y dejamos macerar en el frigorífico mínimo 1 hora. Este tiempo no está incluido en el tiempo de cocinado.



**7** Ahora en una sartén ponemos el aceite y cuando esté bien caliente, echamos el hígado con la verdura. Removemos de vez en cuando para que no se agarre la harina.



**8** Se deja hacer durante una media hora a fuego moderado. Cuando se ha cocinado probamos por si hay que rectificar de sal y ya tenemos preparado nuestro nutritivo hígado.

**Observaciones o consejos**

La receta tradicional, se hace con el fuego vivo y no más de 10 minutos pero la verdura queda muy cruda. Por lo que haciéndolo de esta manera el hígado queda tierno y la verdura hecha. Es una receta que se consume mucho en Cuba.

**Autor**

Matilde Linares