

# Lomo saltado

[www.peru.info](http://www.peru.info)



# Lomo saltado

---

## Zutaten (für 5 Personen):

- 1 kg Rindfleisch, in lange, dicke Streifen geschnitten
  - 1 ¼ Tassen Öl
  - 3-4 mittelgroße rote Zwiebeln, in Achtel geschnitten
  - 600 g Kartoffeln für Pommes frites
  - 2-4 frische gelbe oder rote Ají (Chili), in dünne Streifen geschnitten
  - 4 Tomaten, in Achtel geschnitten
  - 2-4 gehackte Knoblauchzehen
  - Etwas Rotweinessig
  - Sojasauce und optional etwas Ostersauce
  - Frischer Koriander, frische Petersilie und etwas Oregano
  - ½ Löffel Limettensaft
  - Reis als Beilage
  - Salz und Pfeffer
- 

## Zubereitung:

In einer heißen Pfanne mit einer halben Tasse Öl das Fleisch kurz anbraten und beiseite legen.

Etwas Öl hinzugeben und ca. 2 Minuten die Zwiebeln und die Tomaten anbraten. Petersilie, Salz, Pfeffer, Ají, Knoblauch, Soja- und Ostersauce, frischen Koriander, Oregano, Essig hinzugeben. Nach 2,5 Minuten Fleisch und Limettensaft hinzufügen und gut mischen. Optional: Mit ¼ Tasse Pisco Traubenbrand bestreuen und flambieren. Deckel schließen.

Die geschälten und geschnittenen Kartoffeln in ¾ Tasse heißem Öl frittieren. Reis kochen. Auf einem Teller übereinander Pommes frites und Fleisch und daneben den Reis anrichten. Mit Koriander- und Petersilienblättern garnieren.

Buen provecho!

Ihr Wirtschafts- und Handelsbüro Peru - OCEX

