

Cerdo Estofado con Sofrito

Makes: 25 servings

25 Servings

Ingredients	Weight	Measure
Hombro, corte de carne "Boston butt", sin hueso	5 1/2 lbs	
Pimienta negra		1 cda
Sal		1 Cda
Aceite de oliva		1/4 tza
Cebollas, picadas		1 cuarto gl
Pimiento rojo, picado		1 1/2 tza
Pimiento Verde, picado		2 tzas
Tomates, picados		1 cuarto gl
Ajo, picado		1 Cda
Cilantro, picado		1 manojo
Perejil, picado		1 manojo
Agua		1 cuarto gl

Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
Total Calories	200	
Total Fat	11.3 g	
Protein	18.9 g	
Carbohydrates	4.7 g	
Dietary Fiber	1 g	
Saturated Fat	3.7 g	
Sodium	322 mg	

Directions

1. Condimente el cerdo con sal y pimienta. Caliente el aceite en una bandeja para rostizar o cocer a fuego

lento o una sartén basculante. Rostice el puerco.

Remueva el cerdo rostizado y ponga a un lado.

2. Agregue las cebollas a la bandeja y sofría hasta que se doren.
3. Agregue el pimiento rojo, pimiento verde, los tomates, ajo, cilantro y perejil. Agregue el agua. Cocine a fuego lento.
4. Regrese el cerdo a la bandeja. Rostice a 325°F hasta que la temperatura interna del cerdo llegue a 160°F (aproximadamente de 2 a 2 ½ horas para una pieza de 5 a 6 libras).
5. Remueva del horno y deje enfriar por 15 minutos.
6. Haga la mezcla de salsa de sofrito en puré en una licuadora y sirva con el cerdo.