



ingredientes

- ▶ 1 kg de cadera o babilla de Ternera Gallega

para la mantequilla

- ▶ 125 de mantequilla en pomada
- ▶ 1 chalota grande
- ▶ 2 cucharadas de perejil fresco picado
- ▶ ralladura y zumo de medio limón
- ▶ sal
- ▶ pimienta negra recién molida

otros:

- ▶ tomates cherry asados

elaboración

Pulir los laterales y puntas del corazón de la babilla o de la cadera; cortar en 4 medallones gruesos de entorno a 200 g, de aspecto similar al de un medallón de solomillo. Atemperar al menos media hora antes de la cocción y hacerlos a la plancha o parrilla empezando por los lados y todo alrededor canteándolos. A continuación, 3-4 minutos por cada cara hasta el punto deseado, preferiblemente poco hechos (entorno a 45-50 °C internos). Salmipimentar y reposar 4-5 minutos.

para la mantequilla

Picar muy fina la chalota e integrar con la mantequilla pomada y el resto de ingredientes. Hacer un cilindro con la ayuda de papel film y enfriar hasta que adquiera consistencia. Cortar en lonchas de aprox. medio cm.

Servir el medallón con la mantequilla fría, que se irá derritiendo sobre la carne condimentándola según la comamos. Acompañar de unos tomates cherry asados con sal gruesa y aceite de oliva.



tiempo aproximado: 15 minutos