

Receta de entrecot a la parrilla



Receta de entrecot a la parrilla

El entrecot es un delicioso corte de carne de vacuno **obtenido de la región dorsal**, entre el lomo y el filete, ideal para preparar a la parrilla.

¿Cómo hacer entrecot a la parrilla?

Preparar entrecot a la parrilla puede no parecer una tarea sencilla en primera instancia, al intentar **un punto ideal de dos carnes diferentes con un hueso central** que tiende a secarla, por eso intenta seguir detalladamente cada paso de La receta y luego la práctica hará el resto, sin duda vale la pena.

Información Nutricional

Categoría: [Platos Principales](#)

Cocina: Chilena

Calorías: 300

Preparación: 15 minutos

Cocción: 30 minutos

Raciones: 2 personas

Receta de entrecot a la parrilla

Ingredientes

- 2 cortes de entrecot grandes y gruesos
- Sal parrillera

Preparación

- **1.** Si la carne está congelada, bajar al frío normal por 24 horas antes de la preparación, retirar la carne del envoltorio y reposar unos 5 minutos masajéandola suavemente.
- **2.** Una vez que el fuego de la parrilla esté suficientemente caliente disponer los cortes de entrecot sobre las rejillas y mantener por 5 minutos, girar la carne, añadir sal parrillera a gusto y mantener por 5 minutos más.
- **3.** Girar nuevamente la carne para evitar que el hueso se caliente demasiado, cuidar de no secar la carne, distribuir sal por el lado faltante y mantener hasta que los jugos interiores comiencen a aparecer por la parte superior.
- **4.** Girar los entrecot por última vez y mantener por otros 5 minutos hasta que los jugos nuevamente aparezcan en la superficie, lo que indicará el punto de cocción

deseado, retirar del calor y reposar sobre una tabla de asados por un par de minutos.

- 5. Servir los entrecot inmediatamente, solos o acompañados por ejemplo de [papas rústicas](#) o [ensaladas varias](#), preferentemente acompañados de un buen vino tinto chileno.

Recomendaciones

El elegir los cortes para la parrilla, **prefiere los entrecot de al menos dos centímetros de ancho**, de lo contrario la carne tiende a secarse demasiado rápido.

Al iniciar la cocción la temperatura de la parrilla de estar bastante fuerte, **utilizando la referencia de la mano** esta debería soportar dos segundos en la superficie,.

Por último se recomienda **no utilizar condimentos o aliños adicionales** a fin de poder disfrutar el verdadero sabor de este magnífico corte.

¿Sabías qué?

La palabra entrecot proviene del francés «entrecôte» que **significa literalmente “entre costillas”** que no sólo es utilizado para el vacuno sino también para cerdos y ovejas.

Recomendamos

[Asado de cordero](#)

[Pulpo a la parrilla](#)