

Pinchitos Amarillos de Solomillo

Para esta receta de pinchitos amarillos me he basado en el adobo clásico de pinchitos amarillos andaluces (aunque mi amiga le pone también colorante amarillo), aunque yo prefiero ponerle más **cúrcuma**, que tiene efecto **antiinflamatorio**, es un **tónico biliar**, protege al **hígado**, por la curcumina y **propiedades carminativas** (facilita la eliminación de gases) gracias a sus contenidos de eugenol y zingibereno.

INGREDIENTES:

- 500g Solomillo de cerdo
- 2 Cucharaditas cúrcuma en polvo
- 2 Cucharaditas curry
- 1 Cucharadita pimentón picante
- ½ Cucharadita ajo en polvo
- ½ Cucharadita jengibre en polvo
- ¼ Cucharadita nuez moscada molida
- ¼ Cucharadita sal
- 1 Cucharada aceite de oliva

4

Raciones



ELABORACIÓN:

1. En un recipiente amplio, mezclar todas las especias.
2. Cortar el solomillo en medallones de un centímetro y luego por la mitad (a mi me han salido 24 trozos).
3. Adicionar la carne a las especias y cubrirla bien con ellas.
4. Agregar la cucharada de aceite y remover.
5. Pinchar en palitos de brocheta, lo más plana posible para que se cocine por igual por todas partes.
6. Asar a la plancha, un par de minutos por cada lado.