

# Lombo de Porco Grelhado com Vinagrete de Tomate




Receita indicada por Carbonell

## Ingredientes

- 220 ml de azeite de oliva extra virgem
- 4 lombos de porco, em porções de 170g
- 680g de tomate picados de forma rústica, com seu suco reservado
- 2 cebolinhas brancas, descascadas e picadas
- 2 dentes de alho, descascados e picados
- 1 colher (sopa) de vinagre de xerez
- 1 colher (sopa) de [salsinha picada](#) 🇧🇷
- 1 colher (chá) de orégano
- 1 colher (sopa) de flocos de Chili suave
- 1 colher (chá) de semente de erva-doce moída ou torrada
- Pimenta do reino moída na hora e sal a gosto

## Como fazer

1. Coloque os tomates picados, alho, cebolinhas brancas e vinagre em uma tigela.
2. Tempere com sal e pimenta.
3. Deixe descansar, coberto, em temperatura ambiente, por 1 hora.
4. Passe o lombo de porco em metade do azeite de oliva extra virgem.
5. Tempere com semente de erva-doce, sal e pimenta.
6. Deixe [marinar](#)  por 30 minutos.
7. Em uma frigideira pré-aquecida, cozinhe o lombo de porco até um grau desejado de cozimento, mexendo e virando com frequência.
8. Retire para um prato fundo para descansar, guardando o líquido.
9. Descubra os tomates, adicione o restante do azeite de oliva extra virgem, Chili, salsa e orégano.
10. Misture.
11. Adicione o líquido de cozimento da carne ao vinagrete de tomate.
12. Coloque as fatias de porco em um prato e cubra com um pouco de vinagrete.
13. O vinagrete que sobrou pode ser usado em um acompanhamento, como alface romana grelhada ou aspargos.

Rendimento: 4 porções Tempo de Preparo: 1 hora e 30 minutos

Cozinha: [Brasileira](#)

<http://cybercook.com.br/exibir-receita.php?codigo=113730>

São Paulo, SP, 31 Janeiro de 2017  
Mkmouse