

# Solomillo de buey al vapor

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 10 '
- 4
- 
- 
- 
- 

Comentario nutricional

Recuerde lavar bien todas las verduras y hortalizas que vaya a emplear para la elaboración de los platos.

## Modo express

1. Raspe las zanahorias y pele las cebolletas, el calabacín, el apio, la patata y el nabo. Corte las cebolletas por la mitad y el resto de verduras en dados de un dedo de grosor. Salpimiente y agregue una cucharada de aceite de oliva.
2. Corte el solomillo en 4 trozos y úntelos con una cucharada de aceite.
3. Prepare una vinagreta con 3 cucharadas de aceite, el vinagre de Jerez y un poco de sal.
4. Introduzca en la cubeta las 2 medidas de agua y las hierbas aromáticas. Meta la bandeja de vapor con las verduras dentro y disponga la carne encima de todo.
5. Cierre la tapa y programe el menú Vapor a 125º durante 10 minutos.
6. Una vez hechos, sale los solomillos con sal Maldon o sal gorda. Para servir, riegue las verduras con la vinagreta y coloque la carne encima.