KOCHREZEPTE FRISCH AUS MALLORCA von Fet a Sóller

Marinado de miel y naranja

Tiempo de preparación: 15 min. · Nivel de dificultad: muy fácil

Ingredientes

2 ud. Naranjas naturales
3 cda Miel de Azahar
4 cda SalsaSol Orange picante
2 ud. Dientes de ajo
3 ud. Ramitas de romero
Flor de sal
Plato poco profundo para marinar

Preparación

Poner la miel en un bol.

Con un rallador de cocina fino, rallar la cáscara de una naranja sobre la miel.

Pelar y picar el ajo y añadirlo a la miel.

Ahora mezcle el aceite de oliva y la mezcla de especias "SalsaSol Orange picante" con la miel, parta las naranjas por la mitad, exprima el zumo y mézclelo lentamente. Sazonar bien con sal y pimienta.

Colocar la carne con el romero en el bol y verter la salsa por encima hasta cubrir completamente y dejar marinar durante unas 2 horas.

A continuación, saque la carne y dórela bien por todos los lados en aceite de oliva o vegetal, luego vierta parte de la marinada con el romero sobre la carne y colóquela en el horno precalentado (150°), rociándola de vez en cuando con la marinada restante.

Si el caldo se reduce demasiado, añada un sorbo de agua o zumo si es necesario. Verter el caldo de naranja sobre la carne en el plato y servir.