

PLATO DE FONDO

PUNTA PICADA AL HORNO



Ingredientes:

- 800 grs a 1 kilo de punta picana
- 3 cucharadas aceite de oliva
- 2 cucharadas salsa de carne
- 4 cucharadas de soya
- 1 cucharada de miel de palma
- Pimienta
- Sal del himalaya

Preparación:

- Poner un trozo de 800 grs. a 1 kilo de punta Picana en una fuente.
- En un pocillo mezclar: 3 cucharadas de aceite de oliva, 2 cucharadas de salsa de carne, 4 cucharadas de soya, 1 cucharada de miel de palma (o azúcar morena), Pimienta y Sal del Himalaya. Masajear el adobo en toda la carne. Dejar reposar más de media hora.
- Llevar al horno a 250° por 20 minutos por kilo de carne ... así quedará rosada en el centro. Dejar reposar, ojalá más de cinco minutos, antes de cortar, así no perderás los jugos

