

ARROSTO DI MAIALE AL MIELE

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di lonza di maiale
- 50 g di burro
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 80 g di miele
- 1 arancia (scorza grattugiata)
- 3 cucchiaini di zucchero di canna
- 2 spicchi di aglio
- 1 rametto di rosmarino
- 30 cl di brodo
- pepe
- sale

Legate la lonza con spago da cucina per mantenerla in forma durante la cottura.

Fate rosolare la carne nel burro con il rosmarino e l'aglio; rigiratela di tanto in tanto in modo che prenda colore su tutta la superficie.

Bagnatelo con il vino bianco, lasciate evaporare, salate, pepate e proseguite la cottura a fuoco lento per circa 2 ore bagnando di tanto in tanto con brodo caldo e con il sughetto della carne.

In una ciotolina, mescolate il miele con lo zucchero e la scorza grattugiata dell'arancia.

Mezz'ora prima del termine della cottura, spennellate con il composto al miele la carne, trasferitela in forno a 230°C e proseguite la cottura irrorandola con il miele.

Rigiratela spesso in modo che la sua superficie assuma un color caramello.

Levate dal fuoco, eliminate lo spago e affettate la carne, quindi servitela con un contorno di insalata verde.