

# A "HORNO" LENTO



Tiempo de  
preparación: 160 minutos

Número de  
personas: 8-10 personas



## INGREDIENTES

3,5 Kg de Costillar  
1 Naranja  
Miel  
Hiervas de romero  
Soja  
Sal

## Preparación

- 01** Ponemos sobre 10 - 12 cucharadas de miel en un bowl.
- 02** Exprimimos una naranja sobre el bowl.
- 03** Echamos sobre 6 - 8 cucharadas de soja, mezclamos todo.
- 04** Con un pincel, cubrimos por encima del costillar la salsa.
- 05** Calentamos el horno 245° durante 5 min.
- 06** Intruducimos el costillar en el horno, seguimos 20 min a 245°
- 07** Al pasar los 20 min bajamos a 145°.
- 08** A los 35 min, volvemos a echarle salsa por encima del cordero.
- 09** A los 80 min, volteamos el cordero y echamos salsa por encima.
- 10** A los 130 min, volvemos voltear el cordero y echamos salsa por encima.
- 11** A los 155 min, apagamos el horno y dejamos el cordero unos minutos.