

# PANCETA DE CERDO AL HORNO

*estilo Marisol*

## Ingredientes:

- 1,5kg de panceta de cerdo con piel (opcional)
- 1 lata de cerveza (de 350ml)
- 2 cucharadas de sal
- 1 cucharada de comino
- 1 cucharada de pimienta
- 2 cucharadas de ajo molido en pasta
- 1 cucharada de ají panca
- aceite (lo necesario)

## Preparación:

1. Mezclar la cerveza con los condimentos.
2. En un recipiente amplio colocar la panceta y luego agregar la preparación masajeando bien para que se impregne bien por toda la pieza de carne. Que el marinado cubra la carne.
3. Colocar la tapa del recipiente o cubrir con un film de cocina y dejarlo reposar en la refrigeradora toda la noche.
4. Precalear el horno a 200°C
5. Retirar la carne del marinado y escurrirlo un poco.
6. Engrasar con un poco de aceite una fuente para horno y colocar la panceta con la piel hacia arriba, y pincelar con un poco del marinado. Cubrir la fuente con papel aluminio y llevar al horno precalentado a 200°C por 1 hora.
7. Sacar la bandeja del horno y quitar el papel aluminio. Pincelar la piel de la panceta con el juguito que ha soltado la cocción y volver a meterlo al horno sin cubrir con aluminio por 40 minutos más. Vigilar que no se queme.
8. Retirar del horno y esperar unos 10 minutos antes de cortar.
9. Sirva calentito, y... **¡buen provecho!**

## マリソル風の 豚バラ肉の オーブン焼き

### 材料 (6~7人前)

■ 豚バラ肉 (塊)	1.5kg
■ ビール	350ml
■ 塩	大さじ2
■ クミン	大さじ1
■ 胡椒	大さじ1
■ ニンニク (おろし)	大さじ2
■ アヒパンカ	大さじ1
■ オリーブオイル	適量

### 作り方

1. **マリネ液の準備**  
ビールと調味料を混ぜます。
2. **肉のマリネ**  
大きな容器に豚バラ肉を入れ、マリネ液を加え、全体にしっかりとマッサージします。マリネ液が肉を覆うようにします。
3. **冷蔵庫で休ませる**  
容器を蓋またはラップで覆い、冷蔵庫で一晩休ませます。
4. **オーブンの予熱**  
オーブンを200°Cに予熱します。
5. **焼く準備**  
マリネから肉を取り出し、軽く水気を切ります。
6. **焼く**  
オーブン皿にオリーブオイルを塗り、豚バラ肉を皮面を上にして置き、マリネ液を塗ります。アルミホイルで覆い、200°Cのオーブンで1時間焼きます。
7. **アルミホイルを外す**  
オーブンから皿を取り出し、アルミホイルを外します。肉の表面に出てきた肉汁を塗り、再度アルミホイルなしで40分焼きます。焦げないように注意します。
8. **仕上げ**  
オーブンから取り出し、切る前に10分ほど置きます。
9. **サーブ**  
温かいうちにサーブし、おいしく召し上がれ!

# Panceta de cerdo al horno

*estilo Marisol*

*¡acompañe con ensalada, puré o la guarnición de su preferencia, va bien con todo!*

*¡la piel queda crocantita!*

**KYODAI market**  
Encontrará ají panca, ajo molido, comino, pimienta...



アヒパンカ、ニンニクおろし、クミン、胡椒... (キョウダイマーケットで販売)

<https://kmarket6.wixsite.com/kyodai-market>

### ♡ Tips ♡



Hacerle cortes en la piel ayuda a que aderezo penetre más en la carne y además embellece la presentación.

皮に切り込みを入れると、ドレッシングが肉の中により浸透しやすくなり、また見た目も美しくなります。



Si preparas la receta, tómale una foto y coméntanos cómo te quedó, envíala a: [info@kyodaimagazine.jp](mailto:info@kyodaimagazine.jp) y la publicaremos en el Facebook de Kyodai. レシピを作って写真を撮って [info@kyodaimagazine.jp](mailto:info@kyodaimagazine.jp) に送っていただければ、キョダイFacebookページに投稿します。