

1 Οκτωβρίου 2016

Ψητό αρνί με μέλι

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Υλικά:

1 μικρό αρνί μπούτι

Για τη μαρινάδα

2 κ.σ. ξύδι

1 κ.σ. χυμό λεμόνι

1 κ.σ. μουστάρδα

3 κ.σ. μέλι

2 σκελίδες σκόρδο λιωμένο

φύλλα δυόσμο ψιλοκομμένο

αλάτι και πιπέρι

Εκτέλεση:

Πλένετε το αρνί και το χαράζετε από τη μεριά του λίπους και το τοποθετείτε σε ταψί.

Ετοιμάζετε τη μαρινάδα και την ρίχνετε πάνω στο αρνί. Αφήνετε το κρέας στη μαρινάδα, γυρίζοντάς του 1 - 2 φορές και βρέχοντάς το με το ζουμί της μαρινάδας.

Προθερμαίνετε το φούρνο στους 220 βαθμούς και ψήνετε για 1 1/2 - 2 ώρες, μέχρι το κρέας να ψηθεί. Για να βεβαιωθείτε ότι το κρέας είναι ψημένο, τρυπάτε με ένα υγρό πιρούνι και εάν βγαίνει διαυγές τότε το κρέας έχει ψηθεί.

Βγάζετε από τον φούρνο και το αφήνετε να κρυώσει λίγο προτού το κόψετε.

Σουρώνετε τη σάλτσα που έχει μείνει στο ταψί και αν είναι αραιή τη βράζετε λίγο σε κατσαρολάκι και την πήζετε.

Πηγή: ikypros.com