

# CALABACÍN



## *Calabacín Asado con Vinagreta de Limón Amarillo con Miel*

### INGREDIENTES

2-3 calabacín de tamaño mediano-a-grande

Aceite de oliva

Orégano seco

Sal y pimienta negra molida fresca

1 Cucharada de jugo de limón amarillo

3 Cucharadas de aceite de oliva

2 cucharaditas de miel

½ cucharadita de sal

2-3 vueltas de pimienta negra molida

PEAK SEASON

*Julio-Octubre*

## INSTRUCCIONES

- 1** Enjuague el calabacín bien. Corte las puntas ligeramente, y corte el calabacín en tiras de  $\frac{1}{4}$  de pulgada de grueso. Extiéndalas y vierta un poco o unte el aceite de oliva con un cepillito, luego sazone con sal, pimienta, y orégano seco. Combine el jugo de limón amarillo, miel, sal, y pimienta en tazón pequeño, y mezcle junto hasta que esté bien mezclado. Lentamente agregue el aceite de oliva mientras mezcla, y siga mezclando hasta que este completamente mezclado.
- 2** Ase el calabacín sobre la parte más caliente de su asador, asegurándose de acomodar las tiras de manera que no se vayan a caer por la parrilla. Suavemente voltee y ase de los dos lados: para doble puntos, haga marcas de diamante con la parrilla de los dos lados. Transfiera el calabacín cocido a un plato.
- 3** Ya que todo el calabacín esté cocido, vierta un poco de la vinagreta sobre las rebanadas, luego sirva.

### *Sugerencia de Nutrición:*

*Use miel cruda y local! Miel cruda contiene vitaminas B, minerales y ciertos aminoácidos. Miel local has sido mostrado que ayuda con alergias de temporada o estacionales.*

*Receta proveída  
por el Chef  
Aaron Egan*

