

Πανσέτες με σάλτσα Barbeque

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



ΥΛΙΚΑ

- 500 γρ. χοιρινές πανσέτες χωρίς κόκκαλο, κομμένες σε πάχος 2εκ.
- 20 κ.σ. BBQ Sauce Hellmann's περίπου μια συσκευασία
- 100 ml. ελαιόλαδο
- 2 κ.γ. γλυκιά πάπρικα
- 1 πορτοκάλι το χυμό του
- 4 κ.σ. μέλι θυμαρίσιο
- Αλάτι κατά βούληση
- 15 γρ. σκόνη τζίντζερ
- Φρεσκοτριμμένο πιπέρι κατά βούληση
- 30 ml. σάλτσα σόγιας
- Χρόνος Προετοιμασίας
- 45'
- Βαθμός Δυσκολίας
- Εύκολη

- Αριθμός ατόμων
- 4 άτομα

Σε ένα βαθύ σκεύος ρίχνουμε όλη τη Hellmann's BBQ Sause μαζί με τα υπόλοιπα υλικά μας.

Στη συνέχεια, βυθίζουμε μέσα στη μαρινάδα μας τις πανσέτες και τις μαρινάρουμε για 45 λεπτά.

Όταν περάσει ο χρόνος, καθαρίζουμε ελαφρά τη μαρινάδα πάνω από τις πανσέτες και τις ψήνουμε σε άμεση φωτιά, με θερμοκρασία σχάρας στους 250 °C για 15 λεπτά.

Κατά τη διάρκεια του ψησίματός τους, αλείφουμε με ένα πινέλο τη μαρινάδα που έχει περισσέψει στο μπολ.

Όταν ψηθούν οι πανσέτες τις κρατάμε κάπου ζεστές, παίρνουμε την υπόλοιπη μαρινάδα, τη ρίχνουμε σε ένα τηγάνι και τη σιγομαγειρεύουμε μέχρι να δέσει.

Τοποθετούμε τις πανσέτες σε πιατέλα και ρίχνουμε από πάνω τη δεμένη μαρινάδα.

Πηγή: cookbox.com.cy