

# Vieiras en salsa de naranja



**Dificultad:** □□□□□

Tiempo de preparación: 25min , Tiempo de cocción: 0min

Tiempo total: 25min , Número de porciones: 2

Calorías , 0 g Azúcares , 0 g Grasas , 0 g Proteínas

**Autor:** Maria

**Url:** <https://srecetas.es/vieiras-en-salsa-de-naranja>

## Preparación

En una cacerola pequeña combine los primeros 7 ingredientes a fuego medio. Batir para incorporar la miel. Deje hervir un poco la mezcla a fuego lento. Cocine durante unos 15 minutos hasta que espese un poco, revolviendo de vez en cuando. Mientras tanto, preparar las vieiras quitando el músculo lateral, si es necesario. Enjuague y seque. Rocíe ligeramente con aceite de oliva, sazonar con sal y pimienta. Una vez que la salsa se reduce, caliente la manteca y 1 cucharada de aceite de oliva en una sartén grande a fuego alto. Saltear las vieiras durante aproximadamente 1 1/2 minutos por cada lado, hasta que se forme una costra marrón. Sirva las vieiras sobre una cama de rúcula y vierta una cucharada de la salsa de naranja por encima.

## Ingredientes

- 1/3 taza/s Zumo de Naranja
- 1/2 taza/s Vino blanco seco
- 1 cucharada/s Miel
- 2 cucharada/s Azúcar negra
- 1 diente/s Ajo picado
- 2 cucharadita/s Chile Jalapeño
- 1/4 cucharadita/s Sal
- 8 unidad/es Vieiras
- 1 poco Sal
- 1 poco Pimienta
- 1 cucharada/s Aceite de oliva y un poco más para servir
- 1 cucharada/s Manteca
- 1 poco Rúcula

## Categorías

Día Especial, Día de San Valentín, Española, Todo el año, Costosa, Pescados y frutos de mar, Gourmet, Plato Principal

