

Las naranjas

Las dos formas de consumir naranjas son :
frescas y en zumo.

Para cada caso se ha de elegir las
variedades más apropiadas.





Gajos de naranja sin piel.

Pelar la naranja dejándola totalmente sin piel blanca, cortar los gajos siguiendo las membranas de separación y obteniendo el gajo limpio.

Puede resultar más rápido una vez pelada la naranja, cortar gajos no coincidiendo con las membranas que los separan, obteniendo unos gajos limpios más fácilmente y aprovechando más la naranja.

El zumo de naranja sirve para macerar las macedonias de frutas



Para hacer un batido tomaremos de base el zumo de naranja y añadiremos las frutas que tengamos.



Granizados



Muy apetecibles en verano. Pueden adelantarse los zumos, conservándolos tapados en la nevera. Al día siguiente, los dejaremos formando hielo en el congelador, durante varias horas. Trituraremos los zumos helados y los colocaremos en los recipientes.



Fruta cortada pero sin pelar.



Las naranjas “sanguinas” tienen una piel veteadada de rojo muy atractiva y son excelentes para zumo.



www.aulahogar.com