



MARIDAJE  
PANAL  
DE MIEL



Melisterra  
SELECTA

# MARIDAJE

Descubre nuevas formas de resaltar los sabores y aromas, combinando el panal de miel con ingredientes que se complementan a la perfección para ofrecerte una experiencia única.

¡Disfruta de tu capricho para cualquier ocasión que tu decidas hacer especial!

¡Un manjar que te sorprenderá y dejará a tus invitados sin palabras!



Melisterra  
SELECTA



TOSTADA CON  
QUESO, PANAL  
Y FRUTA FRESCA  
O FRUTOS SECOS



5'

Ingredientes: tostadas al gusto (integrales, crackers...), pavo, queso fresco de untar, frutos rojos, nueces, higos, dátiles, pasas y panal de miel.

Preparación: unta una tostada de queso fresco con un trozo de panal de miel.

Lo puedes acompañar con fruta fresca o deshidratada y frutos secos.



SNACK DE  
JAMÓN  
& PANAL



5'

Ingredientes: tostadas o crackers, queso, jamón serrano o ibérico, grosellas, nueces, y panal de miel.

Preparación: al igual que el queso, el panal combina deliciosamente con embutidos como jamón serrano o ibérico, pavo con pan, crackers o tostadas.



BAGEL  
CON QUESO  
& PANAL



5'

Ingredientes: bagels, queso brie, frambuesas, crackers, panal de miel

Preparación: elige un queso suave al gusto (tipo brie, camembert) y corta un trozo de panal de miel para prepararte tu bagel.

Acompáñalo con fruta y embutido al gusto..



PANAL CON  
UVAS Y  
QUESO TIPO BRIE



5'

Ingredientes: uvas (verdes o rojas), queso brie, panal de miel y frutos secos al gusto

Preparación: acompaña un trozo de panal de miel con tu fruta favorita para la merienda (uva, manzana, pera).

Si lo deseas, puedes añadirle queso y frutos secos a esta merienda, le darán un toque especial.



QUESO DE CABRA Y  
PANAL DE MIEL



5'

Ingredientes: Queso de cabra, pan o tostadas, y panal de miel, manzana y pera (opcional).

Preparación: coge el pan, cúbrelo con queso de cabra, panal de miel y pera o manzana al gusto.





Melisterra  
SELECTA

## APERITIVO

### BANDEJA DE APERITIVOS VARIOS



10'

Ingredientes: quesos tipo brie, camembert, cabra queso fresco (untar o similar), queso curado (oveja, mezcla,, parmesano, gouda...), embutidos (jamón serrano o ibérico, pavo, jamón york...), fruta fresca (fambuesa, grosella, fresa, manzana, pera, uva, higo), frutos secos (nueces, anacardos), fruta deshidratada (pasas, frambuesa...).

Preparación: prepara una bandeja con los ingredientes mencionados más arriba, al gusto y según la cantidad de invitados que tengas.







Melisterra  
SELECTA

COMIDA  
CENA

## ENSALADA DE PANAL CON GRANADA



10'

Ingredientes: lechugas al gusto (mezclum, iceberg, espinacas, rúcula...), fruta: (manzana o pera + granada en grano), panal de miel

Preparación: elige la lechuga que más te guste y acompáñala de finas lonchas de pera, granada en grano y panal de miel.

Sazona al gusto y añade el aceite y vinagre al gusto.





Melisterra  
SELECTA

## COMIDA CENA

### MAGRET DE PATO CON PANAL



20'

Precalentar el horno a 230°C.

Preparación: haz incisiones en forma de cruz en la piel de las pechugas del pato. Sazona con sal y frótala en la carne. Pon las pechugas, con la piel hacia abajo, en una sartén de fondo grueso.

Salsa: añade las especias (canela, cilantro, comino) un trozo de panal (30g) y el vinagre (20 ml) en un bol.

Añade esta mezcla a la carne cocinada y meter al horno 8 min. Dale la vuelta y cocínala 2 min. más para que queden poco hechas..

Déjalas reposar 5 min antes de cortarlas (para que reabsorban los jugos), fuera del horno.

Sírvelo con su salsa y acompáñalo con unas patatas asadas y unas alubias verdes.





Melisterra  
SELECTA

COMIDA  
CENA

## SALMÓN CON PANAL Y MOSTAZA



20'

Salsa: mezcla 2 cucharadas de mostaza (en salsa) en un bol con un trozo panal de miel (+/- 50g), vinagre y aceite (+/- 50 ml).

Preparación: añade parte de la salsa al salmón. por todos los lados. No es necesario marinar.

Calienta el aceite en una sartén a fuego medio. Añade el salmón y cocínalo durante 3 ó 4 minutos por cada lado, y hasta que esté bien dorado.

Pasar a los platos de servir.  
Añada la mostaza en grano al resto de la salsa..

Servir sobre el salmón y acompañar de verdura al gusto.





Melisterra  
SELECTA

¡Si quieres mándanos tus  
recetas con panal de miel y  
las añadiremos en nuestro  
próximo Ebook!



[info@melisterra.com](mailto:info@melisterra.com)



Eat like  
a queen