# Capón frío con salsa de zanahorias, pasas, lima y naranja

—¿Hasta dónde hemos llegado? —le preguntó el enano mientras se hastiaban de capón frío con una salsa de zanahorias sazonada con pasas y trocitos de naranja y lima.

**Danza de Dragones**

**Rico capón asado!** Es un ave que se presta a los asados, puedes combinarlo con fruta, verdura, etc..

En esta ocasión **para la salsa hemos utilizado zanahoria naranja y lima, riquísima!**

*Ingredientes para el capón asado*

- ★ 1 capón de entre 3,5 - 4,5 kg., sin menudillos
- ★ 3-4 chalotas grandes, peladas y picadas
- ★ 1 cucharadita de cada de romero, hisopo, perejil y salvia
- ★ 2 huevos duros, picados en trozos grandes
- ★ 1/2 taza de pasas
- ★ 1 pizca de sal
- ★ Aceite de oliva
- ★ 1 pizca de azafrán (opcional)

Precalienta el horno a 200º. Lava y seca el capón y después mezcla todos los ingredientes restantes excepto el aceite para rellenar el ave con ellos. Extiende el aceite sobre el capón y espolvorea con sal.

Asa el capón durante 1,5 ó 2 horas dependiendo del tamaño del ave, rociándolo con sus jugos regularmente, y hasta que éstos salgan transparentes. Retira a un plato para servir y deja reposar durante varios minutos.

*Ingredientes para la salsa*

- ★ 3 tazas de zanahorias ralladas
- ★ 5-6 tazas de agua
- ★ 2 tazas de azúcar moreno
- ★ 1 taza de azúcar
- ★ 1 taza de pasas
- ★ 1/2 cucharadita de clavo molido
- ★ 1 cucharadita de canela
- ★ 1 cucharadita de sal
- ★ 1 taza de vinagre
- ★ 2 cucharadas de miel
- ★ 1/2 taza de piel de naranja, cortada en cubitos
- ★ 1/2 taza de piel de lima, cortada en cubitos

Hierve las zanahorias en el agua hasta que estén tiernas, unos 5 minutos. Escurre las zanahorias guardando el agua y resérvalas. A 2 tazas de agua de zanahoria, agrega los ingredientes restantes y lleva a ebullición. Reduce el fuego y cocina a fuego lento, removiendo a menudo, entre 2 horas y 2 horas y media hasta que la mezcla esté espesa como una jalea. Añade las zanahorias cocidas de nuevo a la mezcla, vierte en frascos calientes y séllalos. Si la mezcla es demasiado espesa, agrega un poco de agua. Puede utilizarse nuez moscada y/o jengibre en lugar de clavo. Se puede conservar durante una semana en la nevera y es excelente con pollo o capón.