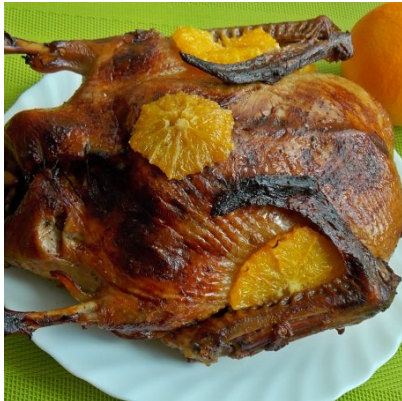


## Kaczka w pomarańczach



### MNIAM



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
5+

## SKŁADNIKI

### Lista składników

<b>kaczka</b>	1 szt do 2 kg
<b>pomarańcze</b>	2 duże szt
<b>jabłko</b>	1 duże

### MARYNATA

<b>sok z pomarańczy</b>	1 szt
<b>sos sojowy</b>	3 łyżki
<b>ocet winny</b>	1 łyżka
<b>miód płynny</b>	1 łyżka
<b>ząbki czosnku</b>	3-4 szt
<b>sól</b>	1 łyżka

**Pieprz czarny mielony Prymat**

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

### Kroki postępowania

- KROK 1 Kaczkę oczyścić. Zagotować wodę w dużym garnku, tak aby weszła cała kaczka i woda ją całkowicie zakryła. Zdjąć z ognia i włożyć kaczkę do wrzątku na 3min. Wyciągnąć i osuszyć.
- KROK 2 Przygotować marynatę z podanych składników umieszczając wszystko w miseczce i rozcierając. Czosnek należy precisnąć przez praskę.

- KROK 3 Taką marynatą natrzeć całą kaczkę i odstawić na co minimum 3godziny. Moja stała całą noc.
- KROK 4 Pomarańczom odkroić skórkę i pokroić na plasterki. Jabłko również pokroić, bez gniazd nasiennych, ale ze skórką.
- KROK 5 Część owoców włożyć do kaczkę i ją zaszyć. Przełożyć do naczynia żaroodpornego obłożyć resztą owoców.
- KROK 6 Piec w 170°C przez 2 godziny. W trakcie pieczenia polewać wytopionymi płynami. Smacznego!