

Kaczka z miodem i kardamonem



ELA_K



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

pierś z kaczki	4 szt
miód prawdziwy	3 łyżki
kardamon	1 łyżeczk
sól do smaku	
Pieprz czarny mielony Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Piersi z kaczki myjemy i nacinamy skórę żeby szybciej wytopił się nam tłuszcz. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem.
- KROK 2 Piersi obsmażamy z każdej strony po ok 10 min żeby mięso było bardziej soczyste.
- KROK 3 Piersi przekładamy do naczynia żaroodpornego. Do tłuszczu który nam się wytopił z piersi dodajemy łyżeczkę kardamonu i 3 łyżki miodu. Gotujemy ok 5 min i wlewamy do naczynia z piersiami z kaczki.
- KROK 4 Piersi w naczyniu żaroodpornym wkładamy do piekarnika nagrzanego do temperatury 180 stopni i pieczemy ok. 1 godzinę.
- KROK 5 Życzę smacznego!!!