

Piersi kaczki w pekińskim towarzystwie



SARENKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

podwójna piers kaczki	1
marynata; 3 łyżki ciemnego sosu sojowego, 2 łyżki golden syrup (lub miodu), łyżeczka mielonej, czerwonej papryki, poł łyżeczki czosnku	
olej sezamowy	4 łyżki
kapusta pekińska	1 głowka
makaron ryżowy	200 g
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżeczka
papryka czerwona	1 duża

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Skóre z piersi ponacinać. Filety ze skórą pokroić wzdłuż na półplastry. Przygotować marynatę: do szklanki, dodać wszystkie składniki, dobrze wymieszać. Piersi włożyć do naczynia, polać marynatą, dobrze wymieszać, przykryć, aby nie wysychały i odstawić do lodówki na noc. Warzywa myjemy i suszymy. Kapustę pekińską poszatkować, niezbyt drobno. Paprykę obrać i pokroić na mniejsze słupki. Na patelni rozgrzać olej sezamowy (nie za mocno, aby skórka nam się zbyt mocno nie przypiekła), wrzucić piersi i smażyć z obydwu stron, po ok 5 minut z każdej, aż mięso zmieni kolor, po czym owinąć w folię do pieczenia i pozostawić przez ok 20 minut, aby mięso 'odpoczęło', aż dojdzie do temperatury pokojowej. Na tłuszcz, w którym smażyliśmy filety, wrzucamy paprykę i kapustę, przyprawiamy sosem sojowym, papryką, czosnkiem, octem balsamicznym (lub sokiem z cytryny), solą i pieprzem do smaku. Smażymy na średnim ogniu, bardzo często mieszając, do momentu, aż warzywa będą całkowicie miękkie, w razie potrzeby doprawiamy do smaku. Przygotowujemy makaron ryżowy, wg przepisu na opakowaniu, odcedzamy i podajemy na gorąco, razem z mięsem kaczki (podgrzać w razie potrzeby) i usmażonymi warzywami. Danie ma ciekawy smak, lekko słodki, orientalny. Polecam lubiacym kuchnię wschodnią.