

## Pierś z kaczki w miodowej marynacie



### FUTKA



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

## SKŁADNIKI

### SKŁADNIK GŁÓWNY

**piersi z kaczki** 2 sztuki

### MARYNATA

**olej rzepakowy** 2 łyżki

**miód** 2 łyżki

**ocet balsamiczny** 1 łyżka

**sos sojowy** 1 łyżka

**rozmaryn** 1 szczypta

**tymianek** 1 szczypta

**sól** 1 szczypta

**pieprz** 1 szczypta

### DODATKI

**konfitura wiśniowa** 2 łyżki

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

KROK 1. Piersi kaczki myjemy i nacinamy skórę w romby, tak aby nie uszkodzić mięsa. W miseczce mieszamy wszystkie składniki marynaty i nacieramy nią piersi. Odstawiamy na kilka godzin do lodówki.

KROK 2. Po tym czasie smażymy kaczkę. Od strony skóry - przez około 4 - 5 minut do lekkiego zarumienienia, a następnie od strony mięsa przez około 2 - 3 minuty.

\* Na 20 minut przed smażeniem wyłączymy mięso z lodówki.

KROK 3. Podsmażone piersi przekładamy do naczynia żaroodpornego, podlewamy marynatą i wkładamy do nagrzanego do 200 stopni C piekarnika (z grzaniem góra - dół). Pieczemy około 10 - 12 minut. Przed pokrojeniem odczekajmy około 5 minut, aby mięso mogło odpocząć, a soki nie wypłynęły. Życzę smacznego! :)