

PEITO DE **PATO FRITO** COM REBENTOS DE SOJA E DE BAMBU

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

2 peitos de pato com 800g
300g de cogumelos frescos cortados em quartos
200g de rebentos de soja
120g de rebentos de bambu cortados em tiras
Óleo de soja q.b.
Molho de soja q.b.
Sal q.b.
Pimenta q.b.



PREPARAÇÃO

1. Tempere os peitos de pato de ambos os lados com sal e pimenta.
2. Coloque os peitos de pato numa frigideira com a pele virada para baixo.
Deixe fritar lentamente.
Quando a gordura estiver derretida e a pele tostadinha, vire os peitos e deixe fritar do outro lado.
3. Quando o pato estiver frito a gosto, tempere com o molho de soja.
Deixe ferver 1 minuto.
Retire os peitos para uma travessa-
4. No molho que ficou junte um pouco de óleo de soja e os cogumelos.
Mexe e deixe fritar um pouco.
5. Junte os rebentos de soja e os rebentos de bambu.
Mexe e deixe fritar mais 5 minutos.
Passado os 5 minutos, apague o lume e cubra o pato com esta mistura.
Pode acompanhar este prato com arroz branco ou arroz chau-chau.

Custo: 16.00 € ; Custo por pessoa: 4.00 €

<http://www.saborintenso.com/f16/peito-pato-frito-rebentos-soja-bambu-8947/>

www.saborintenso.com