

MAGRET DE PATO COM MOLHO DE FRUTOS SILVESTRES

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 3 PESSOAS

2 peitos de pato
100g de açúcar
100 ml de água
1 pau de canela
2 colheres de sopa de vinagre de framboesa
2 colheres de sopa rasas de doce de frutos silvestres
50g de mirtilos
80g de amoras
80g de framboesa
40g de manteiga
Sal q.b.
Pimenta q.b.



Tempo de preparação: 25 minutos
Custo: 15.00 € | Custo por pessoa: 5.00 €

Receita: Neuza Costa
Fotografia e Vídeo: Sandro Vilar
Produzido para www.SaborIntenso.com

Receita em video: <http://www.saborintenso.com/f16/magret-pato-molho-frutos-silvestres-25720/>

PREPARAÇÃO

1. Com a faca dê golpes na pele do pato em forma de losangos.
Tempere o pato de ambos os lados com sal e esfregue bem o tempere.
Tempere com pimenta.
 2. Numa frigideira quente leve ao lume os peitos do pato com a pele virada para baixo.
Deixe fritar em lume forte durante 7 minutos.
 3. Entretanto, num tacho, leve ao lume a água, o pau de canela e o açúcar.
Mexe e deixe ferver durante 3 minutos.
 4. Passado os 7 minutos vire o pato e deixe fritar mais 7 minutos.
Depois do pato frito, retire.
Rejeite metade da gordura do pato.
 5. Leve novamente a frigideira ao lume.
Adicione o vinagre, a calda de açúcar e mexa.
Junte os frutos silvestres, o doce de frutos silvestres e a manteiga.
Deixe ferver entre 3 a 5 minutos, até que o molho fique espesso.
Depois do molho apurado, está pronto a servir.
Sirva o pato cortado em fatias, com o molho por cima e acompanhado de puré de maçã ou noisettes de batata.
- A equipa do SaborIntenso.com deseja-lhe um bom apetite!