

PATO À GREGOIRE LEBORGNE aka PATO À GREG

www.saborintenso.com

INGREDIENTES PARA 4 PESSOAS

2 peitos de pato
3 cebolas doces picadas
1 colher de sopa de óleo
2 colheres de sopa de mel
1 chávena de café de vinagre balsâmico
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

Tempere o pato com um pouco de sal.

Numa frigideira, deixe aquecer o óleo.

Depois do óleo quente, coloque o pato com a pele virada para baixo e deixe fritar lentamente durante 10 minutos.

Passado os 10 minutos, vire o pato e deixe fritar mais 10 minutos.

Depois de frito, retire o pato para um prato.

Na gordura que ficou coloque a refogar a cebola lentamente para não queimar durante 15 minutos.

Entretanto, corte o pato em fatias fininhas e coloque numa travessa.

Passado os 15 minutos e com a cebola já refogada, junte o mel. Mexa e deixe fritar 1 minuto.

Por fim, junte o vinagre balsâmico, mexa tudo e deixe ferver 30 segundos.

Passado os 30 segundos apague o lume.

Regue o pato com o molho.

Acompanhe com batata cabelo de anjo (batata ralada frita).



Custo: 15.00 € ; Custo por pessoa: 3.75 €

<http://www.saborintenso.com/f16/pato-gregoire-leborgne-843/>

www.saborintenso.com