

Ensalada tibia de pato

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Aderezo de queso de cabra

Pimienta: A gusto

Anchoas: 20 g

Jugo de Limón: 40 cc

Queso de Cabra: 100 g

Echalottes: 2 Unidades

Ciboulette: 1 cda.

Orégano seco: 10 g

Yogurt Natural: 100 g

Aceite De Oliva: 1 cda.

Vinagre de Arroz: 50 cc

Ensalada

Eneldo: 2 cdas.

Espinacas: 1 Tazas

Castañas de cajú tostadas: 120 g

Hojas de cilantro: 1 Taza

Lechugas mixtas: 2 Tazas

Pato

Magret: 1 Unidad

Mango: 1 Unidad

Ciboulette picado: 1 cda.

Ajo picado: 1 Cantidad necesaria

Echalotte: 20 g

Anís estrellado: 2 Unidades

Pimentón dulce: 10 g

Varios

Puré de mango: 2 cdas.

Ciboulette en tiras: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

Pato

- Desgrase y quite la piel de las pechugas de **pato** y condimente con sal y pimienta.
- Pele y corte los echalotes en juliana.
- Pique el anís estrellados.
- Pele el mango y coloque la pulpa en un procesador
- Procese hasta lograr un puré.
- En un bowl coloque las pechugas de *pato*, los echalotes, el pimentón dulce, *ajo* picado, ceboulette picado, anís estrellado y cubra con el puré de mango.
- Deje *marinar* por 1 ½ hora.
- En una sartén coloque a sellar las pechugas de *pato* con la *marinada*.
- En una placa para horno, con una rejilla de metal , coloque las pechugas de *pato*.
- Lleve al horno precalentado a 200° por 15 minutos aproximadamente y pinte las pechugas con la *marinada* durante la cocción
- Retire del horno y corte en tláminas finas.

Aderezo de queso de cabra

- Pele y pique los echalotes.
- En una sartén con aceite de oliva rehogue los echalotes.
- Pique el *ciboulette*.
- En un procesador coloque los echalotes, las anchoas, el yogurt, el queso de cabra, el *vinagre de arroz*, el *jugo de limón* y el *orégano*.
- Procese hasta emulsionar.
- Coloque en un recipiente y espolvoree con *ciboulette* y pimienta
- Reserve.

Ensalada

- En un bowl coloque la mezcla de lechugas junto con las espinacas cortadas con las manos tamaño bocado.
- Agregue *eneldo* y *cilantro*
- Reserve.

Presentación

- En un plato sirva la ensalada, espolvoreada con las castañas de *cajú* tostadas, encima las láminas de *pato*, acompañe con el aderezo de queso de cabra y decore con unos puntos de puré de mango y tiras de *ciboulette*.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/ensalada-tibia-de-pato>