Magret de pato con salteado de cábolo y mango

Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Guarnición I

Caldo De Pollo: 50 cc
Mango: 1 Unidad
Cebolla Colorada: 1 Unidad
Sal: A gusto
Cábolo: 8 Hojas
Pimienta: A gusto

Guarnición II

Batatas: 1/2 k

Magret

Magret de pato: 2 Unidades

Salsa

Jugo de Limón: 1 cda.
Miel: 1 cda.
Salsa de soja: 100 cc

Preparación de la Receta

Magret

- Elimine el exceso de grasa del **magret**.
- En una sartén caliente cocine primero del lado de la piel, condimente con sal y pimienta.
- Elimine la materia grasa que desprende el *magret* y retire de la sartén.
- Termine la cocción en horno caliente.

- Desglase la sartén con la salsa de soja y el aceto balsámico, agregue la miel y el *jugo* de *limón*.

Guarnición I

- Pele, descaroce y filetee el mango.
- Corte la *cebolla* en pluma.
- Elimine la nervadura central de las hojas de cábolo.
- En un wok saltee la *cebolla* con el mango, agregue caldo de *pollo*, condimente con sal
- A último momento incorpore las hojas de cábolo.

Guarnición II

- Con la ayuda de una mandolina corte bastones finos de *batata*.
- Fría en abundante aceite caliente.

Presentación

- En un plato sirva la *guarnición*, encima acomode el *magret* y encima las batatas.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/magret-de-pato-con-salteado-de-cabolo-y-mango