Pato marinado en salsa de algas



Tiempo de preparación: 30 Min

Ingredientes

Guarnición

Aceite Neutro: 2 cdas.
Mango: 1 Unidad
Manzana verde: 1 Unidad

Marinada de pato

Jugo de Naranja: 2 Tazas
Jengibre rallado: 2 cdita.
Salsa de soja: 2 cdas.
Sal y pimienta negra: A gusto
Aceite Neutro: 5 cdas.
Pechuga de pato: 2 Unidades

Salsa

Alga wakame seca: 50 g
Alga kombu seca: 50 g
Aceite Neutro: 1 cda.
Mirin: 3 cda.
Sal y Pimienta: A gusto
Cebolla de verdeo: 1 Unidad
Jengibre fresco: 1 Unidad

Varios

Brotes de soja: A gusto
Brotes de alfalfa: A gusto

Preparación de la Receta

Marinada de pato

- Realice unos cortes en la parte de la grasa de las pechugas.
- Coloque en un bowl el *jengibre* junto con el *jugo* de *naranja*, la salsa de soja y condimente con sal y pimienta negra
- Mezcle y deje *marinar* las pechugas de **pato** durante 8 horas.
- En una sartén con aceite neutro caliente selle las pechugas primero del lado de la grasa
- Una vez doradas cocine en horno a 180ºC durante 10 minutos aproximadamente
- Retire y escurra sobre papel absorbente.

Guarnición

- Pele el mango y la *manzana*, luego corte en rodajas y por la mitad.
- En un grill con aceite neutro bien caliente cocine la *manzana* y el mango de ambos lados hasta *dorar*.

Salsa

- Lave las algas con abundante agua fría y luego hidrate durante 8 horas.
- En una olla con el agua donde hidrato las algas cocínelas durante 10 minutos
- Retire y coloque en una procesadora con unas cucharadas del líquido de cocción y procese.
- Pele el *jengibre* y pique junto con la *cebolla* de verdeo
- En una sartén con aceite neutro saltee el *jengibre* junto con la *cebolla* de verdeo
- Condimente con sal y pimienta
- Cocine unos minutos y agregue las algas y el *mirin*.

Armado

- Corte las pechugas en láminas bien finas.
- En un plato coloque los brotes de soja y alfalfa, acompañe con las láminas de pechuga de *pato* y la *guarnición*.

Presentación

- Bañe el *pato* con la salsa y sirva caliente.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/pato-marinado-en-salsa-de-algas