

Kaczka z sosem miodowym



Składniki:

- młoda kaczka (ok. 1,5 - 1,8 kg),
- 4 pomarańcze,
- 2 łyżki masła,
- 2 łyżki oliwy,
- 2-3 łyżki płynnego miodu,
- 2-3 łyżeczki mąki ziemniaczanej,
- sól,
- pieprz.

Sposób przygotowania:

Pomarańcze sparzyć, jeden z owoców pokroić w plasterki, z drugiego zetrzeć skórkę. Z całych pomarańczy wycisnąć sok. Kaczkę umyć, natrzeć skórka i oprószyć przyprawami.

Odstawić na 1 godzinę do lodówki. Masło rozpuścić. Do masła dodać oliwę i sok z pomarańczy. Kaczkę posmarować częścią marynaty. Ułożyć ją w brytfannie i piec ok. 2 godzin - pierwsze 20 min. w temp. 200° C, pozostały czas w 180° C. W trakcie pieczenia polewać mięso marynatą, na następnie wytworzonym sosem. Sos przelać do garnka. Mąkę wymieszać z 2 łyżkami wody i sosu. Dodać do reszty sosu i zagotować. Doprawić miodem. Kaczkę obłożyć plasterkami pomarańczy. Osobno podać sos.

Informacje o potrawie:

- liczba porcji: 6-8,
- czas przygotowania: 90 min.,
- stopień trudności: średniotrudne,
- kaloryczność: wysokokaloryczne.