

Kachna v zázvorové omáčce



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

737 kalorií , **0 g** cukrů , **70 g** tuků , **8 g** bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/kachna-v-zazvorove-omacce>

Příprava

Kachní prsíčka vykostíme, umyjeme pod tekoucí studenou vodou, osušíme, propíchneme vidličkou a osolíme dle chuti. Prsíčka dáme do zapékačké misky, přidáme máslo, vodu a pečeme 10 minut v předehřáté troubě na 200 °C. Poté prsíčka obrátíme, teplotu snížíme na 150 °C a pečeme dalších 20-30 minut. Po celou dobu pečení maso co 10 minut poléváme vypečenou šťávou. Mezitím si ze zeleninového bujónu, česneku, citrónu, pomeranče, oleje, sojové omáčky, zázvoru, solamylu, cukru, chilli koření a soli připravíme zázvorovou omáčku (viz související recepty). Před podáváním maso nakrájíme na silnější plátky a polijeme zázvorovou omáčkou. Podáváme se zeleninou a můžeme dozdobit kopečkem smetany.

Ingredience

- 4 kachní prsíčka
- 50 g másla
- 100 ml vody
- 200 ml zeleninového bujónu
- 2 stroužky česneku
- 1 citrón
- 1 pomeranč
- 4 lžíce olivového oleje
- 2 lžíce sojové omáčky
- 1 lžíce nastrouhaného kořene zázvoru
- 1 lžíce solamylu
- 1 lžička cukru krupice
- 1/2 lžičky chilli koření
- sůl

Kategorie

Výjimečný den, Řecká, Celoročně, Finančně náročnější, Drůbež a králík, Něco extra, Labužník, Hlavní chod

