

Мандариновая утка

Ингредиенты

- Утка - 1 шт
- Фенхель - 1 шт
- Корица - 3 палочки
- Мёд - 50 г
- Мандарин - 3 шт (сок и цедра)
- Соевый соус - 100 мл
- Соль -

для маринада:

- Соевый соус - 100 мл
- Мандарин - 3 шт (сок и цедра)
- Мёд - 50 г
- Сотерн - 300 мл
- Кардамон - 5 зерен
- Соль -
- Перец -

для гарнира:

- Мандарин - 12 шт
- Фенхель - 4 шт
- Гвоздика - (по вкусу)
- Мёд - 50 г



Рейтинг блюда: 5/5

Процесс приготовления

1

Смешайте все ингредиенты для маринада и обмажьте смесь утку. Маринуйте на протяжении суток.

2

Нафаршируйте утку нарезанным кубиками фенхелем и разломанной корицей.

3

Запекайте птицу в разогретой до 140 °С духовке 1,5 часа. Температура мяса внутри должна достигнуть 58 °С (для проверки лучше использовать термометр для мяса). Достаньте утку и дайте ей отдохнуть 40 минут.

4

Смешайте мед с цедрой и соком мандаринов, а также с соевым соусом. Натрите этой смесью утку.

5

Запекайте утку в разогретой до 180 °С духовке еще 20 минут. По желанию присыпьте солью.

6

Для гарнира на отдельном противне 15 минут запекайте в разогретой до 180 °С духовке целые мандарины и фенхель, приправленные гвоздикой и медом.

7

Подавайте утку вместе с печеным фенхелем и мандаринами.



Приятного вам аппетита :)