

Petto d'anatra in miele speziato



con champignon fritti e grano saraceno

per quattro persone

Ingredienti:

per il petto d'anatra

2 petti d'anatra
olio
sale alle erbe, pepe

Miele speziato

50 g di miele
1 cucchiaio di semi di senape
1 cucchiaio di pepe rosa
1 cucchiaio di sesamo

Preparare il petto d'anatra togliendo i tendini e i tendagini usando un coltello affilato. Incidere un motivo a quadretti sul lato grasso distanziando di 1,5 centimetro. Condire i petti con le erbe aromatiche, sale e pepe. Prendere una padella e scaldarla. Quando sarà ben calda adagiare il petto d'anatra dalla parte della pelle a modo che diventi croccante. Girare i petti e scottare brevemente la schiena. Mettete i petti su una teglia, cospargere con le erbe (se vi piace) e infornare il tutto a 150 gradi per circa 15-18 minuti. (La temperatura interna dovrebbe raggiungere circa 50 gradi) Togliere i petti dalla teglia calda e avvolgerli nell'alluminio. Amalgamare bene tutti gli ingredienti per la preparazione del miele speziato e spalmarlo sul lato dei petti.



Per il grano saraceno

200 grammi di grano saraceno
80 grammi di burro
1 mela
1 cucchiaio di aceto di mele
sale, pepe

Lessare il grano saraceno in acqua salata per circa 5 minuti e scolarlo. Sciogliere il burro e arrostitire il grano saraceno a fuoco medio finché raggiunge un aspetto asciutto e diventa leggermente croccante. Sbucciare la mela e tagliarla a cubetti, arrostitirla brevemente. Condire il grano saraceno con aceto, sale e pepe.

Per i funghi impanati e fritti

Pulire, lavare e asciugare i funghi. Passare i funghi nella farina, dopo nell'uovo e a seuire nel pangrattato. Friggere nell'olio. A questo punto ponete i funghi su carta da cucina e li salate leggermente.