

Magret de pato con uvas

Publicada por:

[imprimir](#)



- 15 '
- 20 '
- 4
- 

Comentario nutricional

El magret corresponde a la pechuga del pato. En la piel se concentra una gran cantidad de grasa. Si tiene sobrepeso o colesterol o triglicéridos altos es mejor que retire toda la piel.

Modo express

1. Pique la cebolla y lave las uvas.
2. Haga cortes en diagonal sobre la piel y la grasa del magret, sin llegar a cortar la carne.
3. Programe el menú Freír/Sofreír a 180º durante 10 minutos y, cuando la cubeta esté muy caliente, introduzca los magrets en el fondo por el lado de la grasa.
4. Una vez dorados por un lado, voltéelos durante 2 minutos más, asegurándose de que queden un poco crudos por dentro; resérvelos.
5. Retire casi toda la grasa de la cubeta, sofría la cebolla durante 5 minutos y añada la harina y las uvas.
6. Vierta el cava, deje que se evapore durante 2 minutos, agregue la nata y salpimiente al gusto. Déjelo durante dos minutos y detenga el programa.
7. Disponga los magrets sobre la salsa y programe el menú Horno a 180º durante 5-10 minutos, según el grado de cocción que quiera para la carne.
8. Para servir el plato, corte los magrets en filetes sesgados, no muy finos, y rectifique la sal.