

Prato Principal

Pato de Natal, temperado com couve roxa e puré de abóbora

Serve:

4 pessoas

Ingredientes

Para o pato:

- 1 colher de chá de gengibre
- 5 cravinhos-da-índia
- 3 sementes de cardamomo
- 1 colher de chá de sementes de coentros
- 3 estrelas de anis
- 4 dentes de alho
- 1 colher de chá de pimenta Sichuan
- ¼ colher de chá de noz-moscada moída
- 150ml de xarope de açúcar
- 100ml de água
- 2kg de pato (inteiro)
- 1 laranja inteira aos gomos
- 1 pau de canela

Couve roxa:

- 1 couve roxa pequena, partida
- 1 maçã verde, descascada
- 1 cebola roxa
- 50gr de manteiga
- 50gr de mel
- 3 colheres de sopa de vinagre de vinho tinto
- 3 colheres de sopa de açúcar mascavado
- 100gr de avelãs descascadas e esmagadas
- 1 pau de canela
- 2 estrelas de anis

Puré de abóbora:

- 500gr de abóbora descascada e partida em cubos
- 1 cebola média, picada
- 1 colher de chá de gengibre picado
- 4 colheres de sopa de azeite de oliva
- 800ml de caldo de galinha
- Sumo de 1 limão
- Sal e pimenta a gosto

Método

Preparação:

0

Cozedura:

0

Serve:

4 pessoas

Dificuldade:

[Missing text '/recipes/details/difficulty' for 'Portuguese (Portugal)'] 0

Para o pato:

1. Coloque o acessório Picador MQ30 na sua varinha mágica Multiquick 9 da Braun e pique o gengibre.
2. Coloque todas as restantes especiarias numa frigideira antiaderente em lume médio. Deixe cozinhar por cerca de 1 minuto, até se libertarem os sabores e os aromas das especiarias e estas ficarem levemente torradas. Transfira para o preparado para o acessório MQ60 na sua varinha mágica Braun e deixe moer totalmente.
3. Pré-aqueça o forno a 180°C.
4. Para a completar, junte o xarope de açúcar, o alho, a mistura de especiarias e a água, e deixe ferver até reduzir e ficar uma calda espessa. Reserve.
5. Retire o excesso de gordura do interior do pato e perfure o seu exterior com um garfo uniformemente. Recheie o seu interior com a laranja e o pau de canela.

6. Espalhe e massage a pele do pato com metade da calda de especiarias e tempere com sal e pimenta a gosto. Coloque o pato numa assadeira e deixe o forno por cerca de 1h40 minutos, até ficar deliciosamente crocante e a carne se despegar facilmente do osso.

Para a couve roxa:

1. Utilize o acessório MQ30 da Braun para picar a couve, a maçã e a cebola.
2. Junte tudo numa caçarola e adicione os restantes ingredientes. Tempere a gosto, reduza a temperatura, cubra com uma tampa para manter o calor e deixe cozinhar por 1 hora, mexendo ocasionalmente até que a couve fique macia. Quando estiver pronto, retire o anis estrelado e o pau de canela.

Para o puré de abóbora:

1. Aqueça o azeite e refogue levemente a cebola e o gengibre até ficar dourado. Junte a abóbora e o caldo de galinha. Deixe cozinhar por cerca de 20 minutos. Adicione o sumo de limão e tempere com sal e pimenta a gosto.
2. Com a varinha mágica Braun MQ9 e o acessório para Puré, triture até conseguir uma textura macia e cremosa.

Mo final, quando retire o pato do forno, pincele-o com a outra metade do preparado de especiarias e sirva, acompanhado pela couve roxa e pelo puré de abóbora.

Os sabores do Natal estão na mesa!