

ARROZ SAUVAGE DE CALABAZA Y PATO



gruponorteños
carne excelente.



ecosecha
Alimentos Ecológicos

INGREDIENTES 4 PAX

Magret de pato	1 ud
Cebolla	120 gr
Ajo	C/S
Salsa de soja	C/S
AOVE	C/S
Sal / pimienta	C/S
Arroz	
Sauvage Sundari	300 gr
Puerro	50 gr
Calabaza	130 gr
Tomate	30 gr
Cebollino	C/S

MATERIAL NECESARIO

- 1 marmita
- 1 sartén
- 1 espumadera
- 1 cazo

Para el arroz

- En un rondón con abundante agua y sal cocinamos el arroz, colamos y enfriamos hasta su utilización.
- Cortamos las verduras en brunoise
- Picamos la calabaza en brunoise retirando las pepitas.
- En un rondón marcamos las verduras y añadimos la salsa de soja. Reservamos para el servicio.
- Cuando vayamos a sacar los platos saltearemos en una sartén la marca del arroz con el arroz cocido para emplatar
- A la hora del servicio marcaremos el magret para emplatar.

Para el servicio

- La base de las verduras
- El magret de pato marcado y cortado
- Cebollino picado