

COSCIA D'ANATRA AI CACHI



Tempo di preparazione: 10 minuti



Tempo di cottura a bassa temperatura: 10 ore



Tempo di surgelazione: 2 ore e 45 minuti



Difficoltà: bassa

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 cosce d'anatra da 400 g circa l'una

6 cachi

Salvia

2 arance

Olio extravergine d'oliva

Sale e pepe

PREPARAZIONE

Lavare bene le cosce d'anatra e asciugarle.

Con l'aiuto di una frusta fare un'emulsione con olio, sale, pepe e il succo delle arance.

Bagnare le cosce con l'emulsione all'arancia e coprirle con 4 cachi tagliati a fette e con qualche foglia di salvia.

Chiudere ogni coscia in un cartoccio di carta forno e cucinarle in Fresco® preriscaldato a 75°C con la funzione di cottura a bassa temperatura per 10 ore.

Una volta cotte, togliere la polpa dalle cosce d'anatra cotte e servirle con qualche fettina di caco fresco e con il sugo che si è creato dentro il cartoccio.

SUGGERIMENTI

Usando la funzione "cook and chill" puoi cucinare le cosce d'anatra di notte con Fresco®, per poi raffreddarle direttamente e automaticamente a fine cottura.

All'occorrenza non dovrai fare altro che rigenerarle in Fresco® con la funzione piatto pronto a 65°C per un'ora circa. Grazie alla funzione di cottura a bassa temperatura la carne rimarrà morbidissima!

fresco

