

# Confit de pato con parmentier de patata y salsa de ciruela con pera caramelizada y judías verdes

**22**

Confit de Pato



Patata



Vinagre balsámico



Chalota



Confitura de ciruela



Caldo de ternera



Judías verdes



Pera



Nuez moscada

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua, mantequilla.

Cocinando: **30 mins**  
Listo en: **35 mins**



Ponte tus mejores galas porque vas a vivir una experiencia de restaurante de lujo desde tu propia cocina. Prepara un parmentier de patata y unas judías verdes salteadas para acompañar a la estrella de la noche: un confit de pato al horno con salsa casera de ciruela y pera, una explosión de sabores y contrastes que no olvidarás nunca.

## Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

## Utensilios necesarios:

Fuente para el horno, bol, tapa, sartén antiadherente, papel de cocina, pelador, olla.

## Ingredientes

	2P	4P
Confit de Pato*	2 unidades	4 unidades
Patata	400 gramos	800 gramos
Vinagre balsámico <b>14)</b>	1 sobre	2 sobres
Chalota	2 unidades	4 unidades
Confitura de ciruela	25 gramos	50 gramos
Caldo de ternera	1 sobre	2 sobres
Judías verdes*	100 gramos	200 gramos
Pera	1 unidad	2 unidades
Nuez moscada	½ sobre	1 sobre
Agua	100 ml	200 ml
Mantequilla	1 cucharada	2 cucharadas
Mantequilla para la salsa	1 cucharada	2 cucharadas
Mantequilla para el puré	1 cucharada	2 cucharadas

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	603 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	5299/ 1267	878/ 210
Grasas (g)	83,8	13,9
de las cuales saturadas (g)	39,4	6,5
Carbohidratos (g)	61,7	10,2
de los cuales azúcares (g)	12,2	2,0
Proteínas (g)	39,5	6,6
Sal (g)	3,5	0,6

## Alérgenos

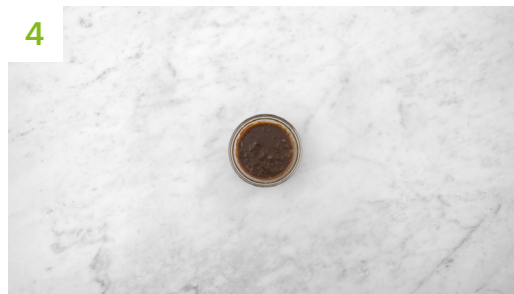
**14)** Sulfitos.

Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.



### Cuece las patatas

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 220°C. Pela las **patatas** y córtalas en dados de 2 cm. En una olla, agrega las **patatas**, cúbre las con **agua** y añade una pizca de **sal**. Lleva a ebullición, luego, cocina a fuego medio 15-18 min o hasta que estén blandas. Saca el **confit de pato** de su envase y reserva una cucharada de la grasa (doble para 4p) en un bol, desecha el resto.



### Prepara la salsa

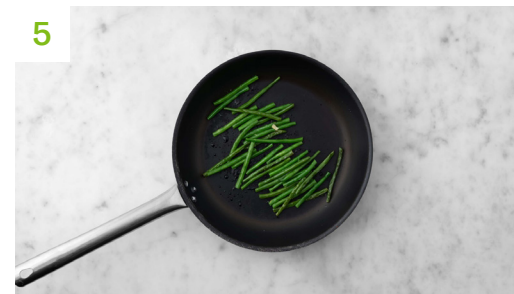
En la sartén, calienta a fuego medio-bajo la grasa del **pato** reservada. Añade la **chalota** y cocina 2-3 min o hasta que esté transparente. Luego, agrega el **caldo de ternera**, la **confitura de ciruela** y el **agua** (ver cantidad en ingredientes). Lleva a ebullición y cocina 3-4 min, moviendo frecuentemente, hasta que la **salsa** espese. Reserva la **salsa** en un bol cuando esté lista.

**CONSEJO:** Puedes cocinar la salsa 1 min más si la prefieres más espesa.



### Cocina el pato

Coloca el **confit de pato** en una fuente para horno con la piel hacia arriba y **salpimenta** al gusto. Cocina en el estante medio del horno 20-25 min, hasta que la **piel** quede crujiente. Mientras tanto, pela y pica finamente la **chalota**. Corta la **pera** por la mitad y retira el corazón. Luego, corta cada mitad en gajos finos, hasta obtener 6 gajos por mitad. **RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



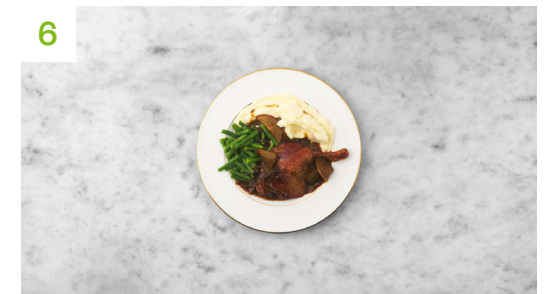
### Cocina las judías

Retira las puntas de las **judías verdes** y córtalas en tercios. En la sartén, calienta a fuego medio-alto un chorrito de **aceite** y la **mantequilla para la salsa** (ver cantidad en ingredientes). Luego, agrega las **judías verdes** y cocina 1-2 min. Agrega un chorrito de **agua**, tapa la sartén y cocina a fuego medio 4-5 min. **Salpimenta** al gusto.



### Carameliza la pera

Calienta una sartén antiadherente a fuego medio. Luego, añade la **pera**, el **vinagre balsámico**, la mitad de la **nuez moscada** (doble para 4p) y la **mantequilla** (ver cantidad en ingredientes). Añade un chorrito de **agua** y saltea a fuego medio-alto 5-6 min o hasta que la **pera** se oscurezca y ablande. Mueve frecuentemente. Retira de la sartén y reserva. Limpia la sartén con un papel de cocina.



### Prepara el puré y emplata

Cuando las **patatas** estén listas, escurre y colócalas en una jarra medidora. Agrega un chorrito de **aceite**, la **mantequilla para el puré** (ver cantidad en ingredientes), **sal** y **pimienta** y tritura con un túrmix, hasta conseguir un **puré** cremoso. Luego, coloca el **parmentier de patata** en la base de los platos y coloca encima el **confit de pato**. Agrega la **pera** caramelizada y la **salsa de ciruela**. Sirve las **judías verdes** a un lado del plato.

### ¡Que aproveche!

**¡Ponle nota, chef!**  
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.



¡Recíclame!

