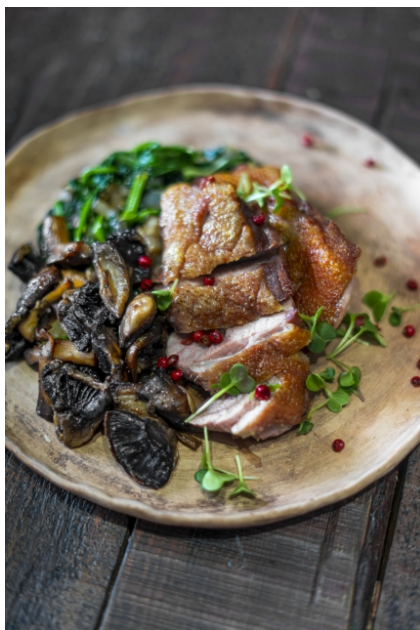
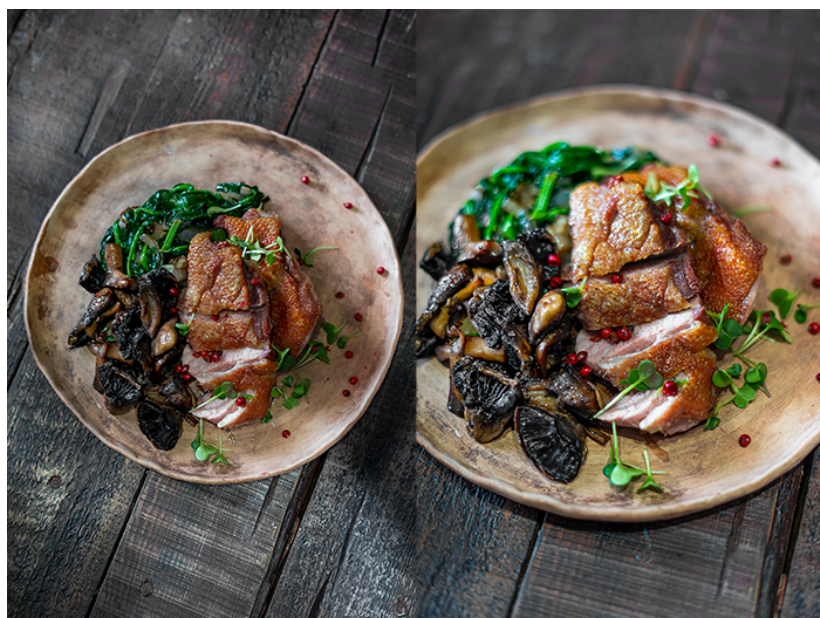




УТОЧКА С ГРИБАМИ И ШПИНАТОМ

Раньше мы очень часто ели утиную грудку! Я всегда покупала вакуумированную грудку одного и того же производителя и всегда была очень довольна мясистыми и ровненькими кусочками. А вчера, купив несколько упаковок на ужин, была очень разочарована порциями. Раньше в одной упаковке была двойная грудинка, каждая половинка по весу полноценная порция! Сейчас же вес и размер грудинки настолько мал, что даже двойная грудинка еле еле тянет на порцию. В основном одна кожа! Какую вы покупаете грудинку? Поделитесь в комментариях!



Понадобится:

на 2 порции

утиная грудка - 2 упаковки сдвоенных груденок
грибы (у меня шампиньоны и шиитаке) - 200 граммов
беби шпинат - 1 упаковка (150-200 граммов)
лук - 1/2
чеснок - 2 зубчика
розмарин - 1 веточка
сливочное масло - 20 граммов
оливковое масло - 1 столовая ложка

для украшения я использовала микрозелень редиса и розовый перец.

Приготовление:

Разрежь кожу утки разделив сдвоенную грудку на две части и сделай на ней неглубокие надрезы.
Выложи в холодную сковороду кожей вниз, накрой крышкой и включи плиту на максимум.
Когда сковорода нагреется, кожа выпустит жир и утка начнет поджариваться, открой крышку и жарь пока кожа хорошо не подрумянится.
Переверни утку и посоли, обжаривай еще несколько минут вторую сторону.
Хорошо разогрей сковороду, растопи в ней сливочное масло в оливковом и обжарь порезанные на 4 части грибы.
Добавь к грибам веточку розмарина и очищенный и порезанный чеснок.
Выложи грибы на отдельную тарелку, а в этой же сковороде добавив еще немного сливочного масла обжарь сначала лук, а потом добавь шпинат.
Как только шпинат осядет, добавь к нему грибы, посоли, поремешай иними с огня.
Подавай утку горячей со шпинатом и грибами.