



Pečená kachna se zelím

Ingredience

středně velká kachna: 1 ks
med: 1 PL
zelí čerstvé červené: 1 ks
cibule: 1 ks
sádlo (nejlépe kachní)
sůl
pepř
kmín
ocet

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Méně dietní, ale chutné

Troubu rozejdeme na 120 °C. Kachnu omyjeme a osušíme, zevnitř i zvenku důkladně osolíme, opeříme a okmínujeme, vložíme na pekáč a podlijeme trochou vody. Zakrytou kachnu pečeme 3 - 4 hodiny, není třeba ji příliš kontrolovat. Poté ji vytáhneme z trouby, smícháme část výpeku s medem, smění kachnu...

Pečená kachna se zelím - recept

Troubu **rozejdeme na 120 °C**. Kachnu omyjeme a osušíme, zevnitř i zvenku důkladně osolíme,

opepříme a okmínujeme, vložíme na pekáč a podlijeme trochou vody. Zakrytou kachnu pečeme 3 - 4 hodiny, není třeba ji příliš kontrolovat. Poté ji vytáhneme z trouby, smícháme část výpeku s medem, směsí kachnu potřeme a vrátíme už nezakrytou zpět do trouby. Kachnu dopékáme až má **zlatavou kůrčičku**. (Pokud nemáme dost času, můžeme upéct kachnu i rychleji, cca za 1,5 hodiny podle velikosti - 1 hodinu zakrytou a 30 minut nezakrytou - na 180 °C, ale v případě kachny se nám pomalejší pečení na chuti skutečně vyplatí.)

V kastrolu rozehřejeme sádlo, cibulku nakrájíme najemno a osmahneme dozlatova. Zelí očistíme, zbavíme košťálu, nakrájíme na tenké nudličky a přidáme do kastrolu. Zelí osolíme, opepříme, zalijeme trochou vody a podusíme do měkka (asi 20 minut podle velikosti hlávky zelí). Uvařené zelí dochutíme trochou octa, pokud máme rádi sladší zelí, přidáme i trochu cukru.

Před podáváním kachnu naporcujeme a z výpeku odebereme přebytečný tuk. **Pečená kachna se zelím** se skvěle doplňuje s bramborami, houskovým nebo bramborovým knedlíkem.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí