

MAGRET D'ÀNEC AMB SALSA DE FRUITS VERMELLS

Ingredients: (per a 4 persones)

- 2 magrets d'ànec
- 2 pomes
- 2 dl de vinagre Forvm
- 150 g de sucre
- 3 dl de vi de Porto
- Pell de ½ taronja
- 1 pot (340 g) de gerds
- 2 dl de salsa espanyola
- Sal
- Pebre negre

Elaboració:

Primer de tot, poseu en una cassola el vinagre de Forvm i el sucre, i deixeu-ho reduir 3 o 4 minuts. Tot seguit, afegiu-hi el vi de Porto i deixeu-lo reduir.

A part, agafeu la pell de la taronja i talleu-la a tires molt fines (en juliana); escaldu-la un parell de cops, ja que, si no ho feu així, quedarà amargant i la salsa en sortirà perjudicada. Un cop teniu la pell escaldada, incorporeu-la a la reducció de Porto i, tot seguit, afegiu-hi el pot de mermelada de gerds (en cas de no tenir-ne, és pot substituir per mores o per qualsevol altre fruit vermell). Per últim, afegiu-hi la salsa espanyola: deixeu-la bullir 3 o 4 minuts, passeu-la per un colador, rectifiqueu-la de sal i pebre, i ja teniu la salsa apunt.

Per preparar la guarnició, agafeu les pomes, peleu-les, traieu-los el cor i talleu-les per la meitat. Bulliu-les amb aigua i unes gotes de suc de llimona per evitar que s'enfosqueixin. Després, gratineu-les amb una mica de sucre per sobre.

A part, agafeu els magrets i, per la part del greix, feu uns talls verticals, sense arribar a la carn (han de quedar en forma de quadrets). Després, talleu-los per la meitat. En una paella ben calenta, marqueu els magrets: primerament, per la part del greix i, després, per l'altra (amb un minut per cada banda n'hi haurà prou, ja que si queda massa cuit, queda molt sec).

A l'hora de muntar el plat, talleu els magrets a làmines fines, col·loqueu-los al plat, salpebreu-los amb sal maldo i pebre negre molt en el moment i a la mateixa paella de coure els magrets. Retireu el greix i escalfeu la salsa, que anirà per sobre dels magrets.



**escola de
turisme**
del Baix Penedès

Tel. 977 68 29 38

Av. Palfuriana, 104 (Alberg Sta. M. del Mar)

43880 Coma-ruga - El Vendrell