

FILETES DE PATO COM UVAS E COUVE RECHEADA COM FOIE GRAS



CONFEÇÃO

1. Corte o caule da couve e retire as 12 primeiras folhas. Corte o coração da couve em juliana. Descasque a cebola e a cenoura, corte-as grosseiramente e deite-as na taça do robot com a lâmina picadora. Pique durante 20 s na velocidade 12. Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador. Adicione o vinho da Madeira, o caldo de galinha, 60 g de uvas, o coração da couve cortado e 60 cl de água temperada com sal. Coza durante 25 min na velocidade 3 a 120°C.
2. Enquanto a preparação anterior coze, coza as 12 folhas de couve numa panela com água a ferver temperada com sal durante 6 min. Escorra-as e deixe-as arrefecer. Retire o coração de cada folha. Estenda as 6 folhas sobre a bancada de trabalho.
3. Quando a primeira preparação estiver cozida, escorra-a numa passador e calque bem. Deite 1 c.s. de recheio sobre as folhas e adicione um pedaço de foie gras. Junte 1 c.s. de recheio de couve e dobre a folha de couve.
4. Coloque outra folha de couve por cima e volte a dobrar por forma a selar bem cada bola. Coloque as 6 couves na panela de vapor.
5. Lave a taça e coloque o acessório misturador. Adicione 70 cl de água com o caldo de carne, o mel e as uvas restantes. Feche a tampa e coloque a panela de vapor com as couves. Inicie a cozedura na velocidade 3 a 120º durante 25 min.
6. Entretanto, numa frigideira bem quente aloure os filetes de pato do lado da gordura até obter uma ligeira coloração. Coloque-os do lado da carne no tabuleiro de vapor superior.
7. Decorridos os 25 min, coloque o tabuleiro de vapor superior com os filetes de pato e deixe cozer 13 min a 120°C na velocidade 3.
8. Quando ouvir o sinal sonoro, verifique a cozedura dos filetes cortando-os ao meio. Prolongue a cozedura por mais 2 min caso

INGREDIENTES

- 1 COUVE PORTUGUESA
- 1 CENOURA
- 1 CEBOLA
- 4 CL VINHO DA MADEIRA
- 1 C. S. DE CALDO DE GALINHA
- 100 G FOIE GRAS COZIDO
- 3 FILETES DE PATO
- 1 C. S. DE CALDO DE CARNE
- 50 G MEL
- 160 G UVAS

