Don Jaime
FRUTOS DE ORIGEN

RECETA CON MIEL PURA DON JAIME

Magret de Pato Glaseado con Miel, Cítricos y Especias

Un plato principal gourmet para 4 porciones, donde la miel es protagonista en dos tiempos: en el glaseado del pato y en los vegetales caramelizados.



Ingredientes (4 porciones)

PARA EL PATO

- 2 magrets de pato
- Sal y pimienta negra
- 1 cda de miel pura Don Jaime
- 1 cda de jugo de naranja
- Ralladura de ½ naranja
- 1 cdita de mostaza de Dijon
- 1 cdita de vinagre de manzana Don Jaime
- ½ cdita de jengibre fresco rallado
- 1 pizca de canela

PARA EL PURÉ

- 500 g de batata
- 30 g de manteca
- 50 ml de crema
- Sal y pimienta blanca
- Una pizca de nuez moscada

PARA LA GUARNICIÓN

- 2 zanahorias
- 1 hinojo
- 1 cda de miel pura Don Jaime
- 1 cda de aceite de oliva extra virgen Don Jaime
- Sal y tomillo fresco

TERMINACIÓN

- Nueces pecán tostadas
- Brotes o microgreens

- Gajos de naranja
- Unas gotas de reducción de vinagre de manzana

Preparación

1. Preparar el glaseado de miel. Mezclar la miel con el jugo y la ralladura de naranja, la mostaza, el vinagre de manzana, el jengibre y la canela. Reservar.

2. Cocinar el magret. Realizar cortes superficiales en la piel del pato formando un entramado y salpimentar. Colocar con la piel hacia abajo en una sartén fría y llevar a fuego medio, cocinando lentamente hasta que la grasa se funda y la piel quede dorada y crocante. Dar vuelta y terminar la cocción, pincelando varias veces con el glaseado de miel durante los últimos minutos para formar una capa brillante y caramelizada. Dejar reposar unos minutos y cortar en láminas.

3. Puré de batata. Cocinar las batatas hasta que estén tiernas. Hacer un puré fino e incorporar manteca y crema caliente. Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

4. Vegetales glaseados. Cortar las zanahorias y el hinojo en piezas regulares. Saltear con aceite de oliva, agregar la miel y el tomillo, y cocinar hasta obtener vegetales tiernos, brillantes y ligeramente caramelizados.

Emplatado

Colocar una base de puré de batata en el centro del plato y disponer encima las láminas de magret ligeramente superpuestas. Agregar los vegetales glaseados y terminar con nueces pecán tostadas, brotes y algunos gajos de naranja. Finalizar con unas gotas de reducción de vinagre de manzana alrededor del plato.

La miel aparece en dos preparaciones: como protagonista del glaseado del pato y en los vegetales caramelizados. La batata aporta dulzor y cremosidad, mientras que la naranja y el vinagre introducen acidez para evitar que el conjunto resulte excesivamente dulce. Las nueces pecán aportan el contraste crocante.



Juan Manuel Marqués
Fundador de Don Jaime
Cocinero recibido del Colegio de Cocineros Gato Dumas