Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Arroz meloso de pato en confit con castañas y setas de cardo

2 raciones · 938 kcal

Ingredientes

- **200gr** de arroz sos caldoso
- **1** muslo de pato en confit
- **10** o 12 castañas
- **2** de setas de cardo
- **4 dientes** de ajo
- **1/2** cebolla dulce
- Aceite de oliva
- Un pellizco de azafrán en hebras
- **3** vasos de caldo de pollo
- Sal al gusto

POR RACIÓN

Proteínas	**31 g**
Grasas	**39 g**
Hidratos	**114 g**
Fibra	**7,6 g**

Elaboración

1. Cogemos una cacerola mediana y ponemos un chorrito de aceite de oliva.
2. Cortamos en brunois el ajo y la cebolla, agregamos a la cacerola y pochamos a fuego medio 4,5-5.
3. Le hacemos un cortecito a las castañas (para que no exploten) e introducimos en el microondas la mitad de ellas 45 segundos, las sacamos, le retiramos la piel y volvemos a repetir con el resto de castañas, troceamos en dados pequeños y reservamos.
4. Una vez pochado el ajo y la cebolla, agregamos el azafrán, las castañas y una cuarta parte de las setas, sofreímos un poquito y a continuación añadimos el arroz y marcamos para que quede suelto.
5. Ponemos el agua en la cacerola, ponemos el fuego medio-alto durante 20 min.
6. Metemos en el horno el pato, a 180 grados durante 15 min.
7. Una vez pasado el tiempo, lo sacamos, dejamos templar y desmenuzamos la carne, reservamos junto con las setas restantes y 5-8min antes de que el arroz esté listo agregamos.

RECOMENDACIONES

Con un toque de queso parmesano quedará más meloso y sabroso.

Hecho con CookNest