



Tálalás: **4 főre**



Előkészítés: **15 perc**



Elkészítés: **5 perc**



Répási Eszter

KACSAFILÉ CSERESZNYÉVEL

Ezen a hétfvégén kényeztesse magát ezzel a recepttel, melynek köszönhetően kiaknázhhatja a cseresznyében lévő sok ásványi sót (kálium, magnézium, kalcium), anélkül, hogy túlzásba esne, ugyanis a cseresznyében a többi piros gyümölcsnél több a cukor.

HOZZÁVALÓK

12 db kacsafilé
25 dkg cseresznye

1 evőkanál
zöldcitromlé
1 evőkanál méz
2 ek szójaszós

2 ek balzsamecet
1 evőkanál olívaolaj
ízlés szerint Őrölt bors

ALLERGÉNEK

Glutént tartalmaz
Laktózmentes
Tojásmentes

- 1 Tegye a kacsafilét üreges tálba.
- 2 Keverje össze egy tálban az olajat, a mézet, a szójaszószt és a zöldcitrom levét, és adjon hozzá borsot.
- 3 Öntse a keveréket az üreges tálba, és keverje össze. Fedje be műanyag fóliával, és tegye be a hűtőbe pácolni.
- 4 Forrósítson fel egy serpenyőt, és pirítsa benne a filéket oldalanként 2-2 percig a páclével és a kimagozott cseresznyével.
- 5 Tegye ki tányérokra, majd öntse a balzsamecetet a serpenyőbe, és kaparja le az alját fakanállal. Melegítse egy percig.
- 6 Öntse ezt a lét a filékre, és szolgálja fel.



**Töltse le további receptjeinket
az [auchan.hu/receptek](https://www.auchan.hu/receptek) oldalról!**



auchan