



## Receta de Magret de Pato Sous Vide

### Ingredientes para 2 magrets

- 2 magrets de pato de [Solobuey](#)
- 2 dientes de ajo
- 4 ramas de romero, tomillo...
- sal, pimienta

### Procedimiento

1. Primero programa tu termocirculador a 55°C y 1 hora.
2. Retira con unas pinzas los últimos restos de plumas. Haz unos cortes en cuadrícula sobre la piel, sin herir la carne.
3. Solo sobre el lado de la carne, echa la sal y la pimienta y frota la carne para que la sazón quede bien adherida. añade las hierbas frescas y el diente de ajo machacado (1 por magret).
4. Introduce cada magret de pato en una bolsa y ciérrala al vacío. Como ves en el video.
5. Introduce las bolsas con los magrets en el recipiente con el agua cuando esta ya haya alcanzado la temperatura.
6. Deja que se cocinen los magrets durante 1 hora a 55°C . Ni más, ni menos, por favor.
7. Una vez terminada la cocción, retira las bolsas e introdúcelas de inmediato en una fuente con agua fría para cortar la cocción.
8. Saca los magrets de sus bolsa y retira las hierbas y el ajo.
9. Coloca los **magrets sobre el lado de la piel en una sartén bien caliente, para que se derrita la grasa** y la **piel quede crujiente, fina** y ligera... para pegarle un bocado ya! Esta operación dura a ojo de buen cubero de 2 a 4 min. dependiendo de la capa de grasa.

*Et voilà, bon appétit!*