KIKKOMAN

Pato salteado con jengibre y naranja

Tiempo total **18 Mins.** **10 Mins.** Tiempo de preparación **8 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
1.755 kJ / 420 Kcal

Grasas: **20 g** Proteínas: **33 g**
Carbohidratos: **25 g**

INGREDIENTES

2 porciones

250 g	de pechuga de pato, sin piel y cortada en tiras finas
30 ml	de aceite vegetal
2 cm	de jengibre rallado
80 g	de zanahoria, cortada en bastones finos
100 g	de judías verdes, cortadas en trozos medianos
1	anís estrellado
80 ml	de agua
200 g	de naranja, pelada y cortada en dados
30 ml	Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
1 cucharada	de miel

Para la decoración:

1	puñado de cebolleta (solo la parte verde), picada

PREPARACIÓN

Pasos 1

250 g de pechuga de pato, sin piel y cortada en tiras finas - **15 ml** de aceite vegetal
Saltee el pato en aceite bien caliente durante 2-3 minutos, hasta que se dore ligeramente. Retírelo del wok y resérvelo.

Pasos 2

15 ml de aceite vegetal - **2 cm** de jengibre rallado - **80 g** de zanahoria, cortada en bastones finos - **100 g** de judías verdes, cortadas en trozos medianos - **1** anís estrellado - **80 ml** de agua
En el mismo wok, caliente el aceite y añada el jengibre, la zanahoria, las judías verdes y el anís estrellado. Saltee durante 2-3 minutos, vierta el agua y deje que reduzca durante aproximadamente 2 minutos, hasta que las judías estén tiernas.

Pasos 3

200 g de naranja, pelada y cortada en dados - **30 ml** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **1 cucharada** de miel - **1** puñado de cebolleta (solo la parte verde), picada
Agregue de nuevo el pato al wok junto con la naranja, la Salsa de Soja Naturalmente Fermentada Kikkoman y la miel. Cocine 1-2 minutos más para que se mezclen bien los sabores. Antes de servir, retire el anís estrellado y espolvoree con la parte verde de la cebolleta.