

## Lassan sült kacsacomb sütőtök kehelyben

2	180	4
Nehézség	Perc	fő

### Allergének:



### Hozzávalók

#### kacsacomb

- 6 db kacsacomb
- 15 g szárnyas fűszerkeverék
- 200 g alma
- 200 g vöröshagyma
- 30 g fokhagyma
- 100 g angol zeller
- 100 g sárgarépa
- 4 szál kakukkfű
- 20 g méz
- 100 g kacsaszír
- só
- őrölt fekete bors

#### sütőtök

- 4 db kanadai sütőtök
- 2 cl olívaolaj
- szál kakukkfű
- szál rozmaring
- sópehely

#### ragu

- 300 g cukkini
- 300 g alma
- 2 cl olívaolaj
- 50 g tevaj
- 10 db aszalt szilva
- 1 cl fehér balzsamecet
- 2 db zsálya levél



1. A kacsacombhoz a sárgarépát megtisztítjuk, többi hozzávalót alaposan megmossuk, almát, vöröshagymát négyfelé vágjuk, fokhagymát megroppantjuk. A kacsaszírt olvadásig melegítjük, elkeverjük benne a fűszereket, ezzel bedörzsöljük a kacsacombokat egy nagyobb tálban. Ha van lehetőségünk elkészítés előtt pihentetjük 1-2 órát.
2. Sütőzacskóba tesszük az összes hozzávalót, ízlés szerint fűszerezzük és 130°C sütőben puhára sütjük a combokat. Ha elkészült ne bontsuk ki a zacskót, hűljön abban, mivel még a sütőtökkel együtt fogjuk pirítani!
3. A sütőtök elkészítése két fázisból áll: először elősütjük, majd a raguval készre sütjük. A tököket 1/3-nál, a magház tetejénél levágjuk, kikaparjuk a magokat, alaposan megmossuk. (A visszamaradt részt félretesszük, ebből később levest vagy pürét is készíthetünk.) Az előkészített tököket meglocsoljuk olívaolajjal, sózzuk, rátesszük a friss fűszernövényeket és előmelegített 180°C sütőben kb. 30 percig sütjük. A szálas fűszernövényeket sütés után távolítsuk el!

 Google Play



 App Store



- 2 cl szilvapálinka
  - 3 szál petrezselyemzöld
  - só
  - őrölt fekete bors
4. Addig míg a tökök sülnek, elkészítjük a ragut, amivel majd megtöltjük. A cukkinit és az almát megmossuk, és kockára vágjuk. Egy serpenyőben az olívaolajat és a vajat felhevítjük, hozzáadjuk az előkészített almát, cukkinit, aszalt szilvát. Figyeljünk arra, hogy erős lángon készítsük! Ne főjön, piruljon!
  5. Ízesítsük ízlés szerint sóval, frissen őrölt borssal, finomra vágott zsálya levéllel. Öntsük a szilvapálinkát a serpenyőbe! Ha ügyesek vagyunk a pálinka a hőtől meggyullad, így flambírozzuk a ragut. Vigyázzunk, ez a munkafázis kellő gyakorlatot igényel a biztonságos kivitelezéshez! (Az alkohol az égés során elpárolog és egy különleges, karamellizált ízt ad ételünknek.) A ragu elkészítése maximum 5 perc lehet, hogy a hozzávalók roppanósak maradjanak.
  6. Ha a ragu elkészül 2 db kacsacombot kiveszünk sütőzacskóból, leszedjük a húst a csonttól és szálaira szedjük. A tépett húst hozzáadjuk a raguhoz, apróra vágott petrezselyemmel és fehér balzsamecettel ízesítjük, majd beletöltjük az elősütött tökökbe.
  7. A kacsacombokat és a raguval töltött tököket előmelegített 190°C sütőben készre sütjük, pirítjuk.

