KIKKOMAN

Bocconcini di anatra teriyaki e arancia

Tempo totale **30 Min** **10 Min** Tempo di preparazione **20 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

2 Porzioni

2	arance biologiche
150 g	di ravanello daikon
200 g	di petto d'anatra
2 cucchiai	di olio vegetale
1 cucchiaio	di zucchero di canna
4 cucchiai	Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman
4	rametti di coriandolo
In aggiunta:	
	spiedini di legno

PREPARAZIONE

Passaggio 1

2 arance biologiche - **150 g** di ravanello daikon
Lava le arance. Preleva una striscia di scorza lunga circa 10 cm e tritala finemente. Pela le arance con un coltello, quindi ricava delle fette spesse attorno al cuore centrale. Taglia le fette in 12 pezzi in totale, senza preoccuparti se la forma non è uniforme. Spremi a mano i restanti spicchi d'arancia e raccogli il succo. Lava il daikon e taglialo longitudinalmente in quarti, quindi ricava 12 pezzi.

Passaggio 2

200 g di petto d'anatra - **2 cucchiai** di olio vegetale
Incidi la pelle del petto d'anatra longitudinalmente e poi trasversalmente ogni 5 mm. Friggi il petto con la pelle verso il basso in un po' di olio, in un wok a fuoco medio per 12 minuti, fino a quando diventa dorato e croccante. Gira e cuoci per altri 3 minuti. Togli dal wok (conserva il grasso d'anatra) e lascia riposare brevemente.

Passaggio 3

1 cucchiaio di zucchero di canna - **4 cucchiai** Salsa Teriyaki per Wok con Aglio Arrostito Kikkoman
Fai rosolare il ravanello nel wok caldo per 2 minuti. Taglia a metà il petto d'anatra nel senso della lunghezza e ricava da ciascuna metà 6 pezzi, conservando i liquidi. Aggiungi lo zucchero e i pezzi d'anatra al wok e caramella brevemente. Sfuma con i liquidi dell'anatra, la Salsa Teriyaki con Aglio Arrosto Kikkoman e il succo d'arancia. Riduci brevemente a fuoco vivo per glassare l'anatra e il ravanello.

Passaggio 4

4 rametti di coriandolo - Spiedini di legno
Infilza su ciascun spiedino uno spicchio di

ravanello, un pezzo di anatra e un pezzetto d’arancia. Stacca le foglie di coriandolo, tritale grossolanamente e cospargi sugli spiedini insieme alla scorza d’arancia.