

橙皮鴨

材料:

- 1) 糖 1/8 杯
- 2) 1 湯匙水
- 3) 1 湯匙雪利酒醋
- 4) 1/4 杯新鮮的橙汁
- 5) 1 湯匙切碎的紅蔥頭
- 6) 1/4 杯罐裝低鹽雞肉湯
- 7) 2 大桔子
- 8) 2 個無骨鴨胸半部
- 9) 1/8 杯 (1/4 支) 無鹽黃油
- 10) 1 湯匙磨碎的橙皮

做法:

1. 平底鍋中加入糖和冷水，攪拌直到糖溶解，然後開始加熱。用中大火，在鍋中攪拌直到沒有水分，糖漿變成深琥珀色。偶爾用濕潤的糕點刷子刷在鍋的兩側。離開火後在糖漿裏加入醋、果汁和紅蔥頭，攪拌均勻。加入低鹽雞湯，用中火加熱直至醬汁減少至 3/4 杯，擱置。醬汁可保存冰箱待用。

2. 橘子先切去頭尾，放平用小刀從外圍連同筋絡一起切下果皮。在膜之間切割取出果肉。確保果肉沒有任何白色筋和皮。
3. 冰凍的鴨胸要先解凍。使用小刀輕割鴨皮，圖案可隨意，但不要戳破皮。撒上鹽和胡椒調味。鍋子加熱，放少許油，用中大火將鴨胸有皮的這一面放在鍋裡煎。煮至棕色，酥脆約 8 分鐘。家裏有烤箱可先預熱 220°C，把煎好一面的鴨胸放入烤箱烤約 5 分鐘。如果沒有烤箱翻面繼續煎煮 10 分鐘左右。記得控制火候，常翻面確定皮沒有燒焦。轉移到砧板放 10 分鐘。
4. 之前準備好的醬汁加熱。加入切好的橘子果肉，加黃油和 1 湯匙磨碎的橙皮。攪拌直到黃油融化。煮到醬汁變成原來量的一半。
5. 鴨胸肉切片，淋上醬汁，擺盤。