

SECONDI PIATTI

# Anatra in salsa di cannella e agrumi

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [60 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



L'abbinata anatra-arancia è più che collaudata. Le arance tra l'altro, fanno tanto Natale, quindi perchè non proporre questo piatto durante il pranzo di Natale?

## INGREDIENTI

ANATRA 1  
CIPOLLE 1  
POMODORI 4  
ALLORO 1 foglia  
CANNELLA 1 stecca  
TIMO 1 rametto  
CHIODI DI GAROFANO 1  
SUCCO D'ARANCIA 100 ml  
BRODO DI POLLO 100 ml  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola  
SALE  
PEPE NERO

## PREPARAZIONE

- 1 Tagliate l'anatra a pezzi, lavateli e asciugateli, mondate e affettate la cipolla, l'aglio e pelate e private dei semi i pomodori e tritateli.

Nel frattempo rosolate uniformemente l'anatra, in un tegame a fuoco vivace con dell'olio caldo.



- 2 Rimuovete la carne dal tegame scolando il grasso in eccesso e rimuovete gran parte del grasso dal tegame. Nello stesso tegame fate appassire la cipolla, unite, l'aglio, i pomodori, le spezie e le erbe aromatiche, insaporite di sale e pepe.





**3** Lasciate cuocere per 5 minuti e aggiungete il succo d'arancia e il brodo, portate il tutto a ebollizione e cuocete a fiamma moderata, per 10 minuti.



**4** Aggiungete l'anatra e lasciate cuocere il tutto per 30 minuti, a fiamma dolce.



5 Servite l'anatra cospargendola con il sua salsa di cottura accompagnandola, a piacere, con del riso pilaf.