

*Seguro que el parro no lo has probado mucho.*  
*Parro salteado de setas*

- Una pechuga de parro deshuesada - Setas frescas de cardo
- Ajos macerados en aceite y aceite de oliva al ajo - Perejil fresco
- Vino dulce para flamear - Mermelada de tomate



1

Se corta la pechuga en dados y se flamea con vino dulce en una sartén con el aceite de oliva al ajo. Se reservan el parro y la salsa por separado.



2

En la misma sartén se hacen las setas a la plancha. A medio punto se añaden el ajo y el perejil y cuando están casi a punto se añade el parro.



3

Se añade la salsa necesaria para que no quede seco el plato y el resto se mezcla con la mermelada de tomate y reserva para la mesa en una salsera. Se sirve inmediatamente.

*Curiosidad*

Los patos son tan exigentes y coquetos que no pueden vivir en una granja sin un estanque donde asearse diariamente.



*Valores Nutricionales*

Calcio  
Hierro  
Proteínas

*Sugerencias*

- La carne de pato se puede sustituir por avestruz pero no por pollo.
- Se puede flamear con cava o vino seco con pasas; el plato tendrá otro toque.