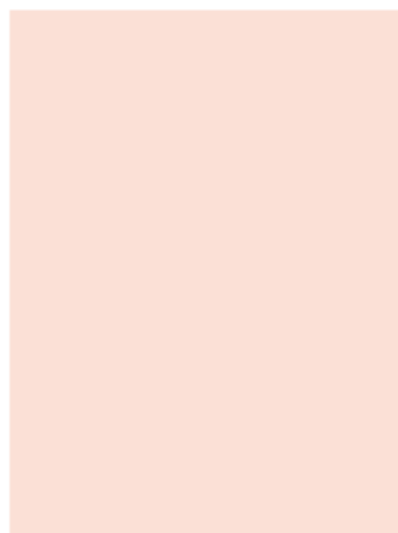


鴨飯



材料：

- 鴨一隻
- 1000克米
- 1個洋蔥
- 1根胡蘿蔔
- 6粒花椒
- 1公升水
- 1條葡國臘腸
- 胡椒粉、鹽少許
- 芝士粒少許

做法：

1. 先把鴨子洗乾淨，擦上少許鹽；
2. 放入煲裡，加入1.5公升水，再放入一個洋蔥(整個)、一根胡蘿蔔，把6粒花椒插進鴨肉裡，用大火煮滾後，再改用小火煮40分鐘；
3. 把煮熟的鴨子撈出來，撕成絲狀；
4. 將米洗乾淨，晾乾，將米放入煮鴨子的汁裡，加入少許鹽和胡椒粉煮熟；
5. 把煮熟的飯和鴨絲拌勻，放入一個長方形的玻璃容器內，灑上芝士粒，將葡國臘腸切片鋪在上面，最後，放入焗爐，以220°C的溫度焗5至10分鐘。

Arroz de pato

Duck rice

Ingredientes :

- 1 pato;
- 1000 gramas de arroz;
- 1 cebola;
- 1 cenoura;
- 6 cravinhos;
- 1½ litro de água;
- 1 chouriço;
- sal;
- pimenta;
- queijo ralado;



Confeção :

1. Lavar bem e secar o pato, esfregar o pato com um pouco de sal;
2. Cozer o pato em 1½ litro de água, com 1 cebola inteira, 1 cenoura com 6 cravinhos espetados, durante 40 minutos em lume inicialmente forte e depois brando;
3. Retirar o pato da água, e desfiá-la;
4. Lavar e secar muito bem o arroz e deitá-lo numa caçarola com 3/4 do caldo de cozer o pato, sal e pimenta e deixar cozer;
5. Misturar o pato com o arroz num tabuleiro de vidro, colocando as rodela de chouriço por cima. Polvilhar com queijo ralado e levar ao forno (220º), durante 5 a 10 minutos.

Ingredients:

- 1 duck;
- 1000 grams of rice;
- 1 onion;
- 1 carrot;
- 6 cloves;
- 1½ litre of fresh water;
- 1 (portuguese) sausage;
- salt;
- pepper;
- grated cheese.



Directions:

1. Rinse then dry the duck well, then rub it with a bit of salt;
2. Cook the duck with 1½ litre of water, adding 1 whole onion, 1 carrot and 6 cloves, for 40 minutes. The temperature should be high at the beginning, then gradually turned mild;
3. Remove the duck from the water and unweave it;
4. Wash and rinse the rice thoroughly, put it in a casserole and cook it with 3/4 of the cooked duck broth, salt and pepper;
5. Mix the duck with the rice on a glass tray, add slices of sausage on top of it. Sprinkle the grated cheese over it, then put it into the oven (220 C°), for 5 to 10 minutes.