

## Chefe Hernâni Ermida

### INGREDIENTES

2 peitos de pato (300 a 400 gramas)  
3 raminhos de tomilho fresco  
2 dl de vinagre  
balsâmico clássico  
3 c.s de mel  
Azeite aromatizado  
Sal Marinho  
Pimenta acabada de moer



*Chef Hernâni Ermida*  
A vida com mais sabor



### PREPARAÇÃO

Deite o balsâmico para um tacho pequeno e leve ao lume;  
Deixe cozinhar até ficar em metade e junte o mel;  
Mexa bem e deixe cozinhar até voltar a ficar na metade;  
Desligue o lume e aguarde;  
Tempere os peitos de pato com sal, pimenta e tomilho;  
Ligue o forno a 180°.  
Leve uma frigideira ao lume e deixe-a aquecer;  
Adicione o pato com a pele voltada para baixo;  
Deixe cozinhar até a pele ficar «douradinha». Depois vá virando;  
Leve ao forno;  
Retire do forno e deixe repousar;  
Corte os peitos em fatias grossas e sirva com o balsâmico;  
Acompanhe com pasta cozida e legumes.  
Nota: o peito do pato deve ficar rosado um pouco mal passado.