



### Hozzávalók

15 dkg kacsamáj, 3 evőkanál olaj, 1 evőkanál zselatin por, 12,5 dkg (egy doboz) natúr krémsajt, 1 mokkáskanál só, fél mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 mokkáskanál majoránna, 1,5 dl zsíros főzőtejszín

a salátához:

1 kisebb kígyóuborka, 2 húsosabb paprika, 1 cikk (kb. 20 dkg) édes káposzta, 1 nagyobb sárgarépa, 2-3 csemegeuborka, 20 dkg fagyasztott kukorica, 1 nagy csokor petrezselyem, 0,5 dl olaj, 1 kiskanál só, fél mokkáskanál őrölt fehér bors, 0,5 dl citromlé, 2,5 evőkanál (6 dkg) porcukor

a díszítéshez:

fél fej saláta

1. A kacsamájat földaraboljuk, az olajon megsütjük, hűlni hagyjuk. A zselatint 1 deci vízben melegítve föloldjuk. A májat először a krémsajttal, majd a már nem meleg, de még nem dermedt zselatinnal turmixoljuk. Megsózzuk, megborsozzuk, a majoránnával fűszerezzük, végül a habbá vert tejszínt is beleforgatjuk.

2. Ezután négy, egyszemélyes pudingformába - ennek hiányában teáscsészékbe - töltjük, és hűtőszekrényben dermedni hagyjuk.

3. A salátához az összes zöldséget megtisztítjuk. (A kígyóuborkát nem kell meghámozni.) A káposztát vékonyan fölszeleteljük, a többi zöldséget kis kockákra vágjuk, a kukoricát szobahőmérsékleten fölengedjük, és a fölaprított petrezselyemmel összeforgatjuk. Az olajat a sóval, a borssal, a citromlével meg a cukorral simára keverjük, a salátára öntjük.

4. Tálaláskor a pudingformákat néhány másodpercre forró vízbe állítjuk, és a parfékat tányérra borítjuk.

A salátát köré halmozzuk, salátalevével díszítjük.

4 főre

Elkészítési idő: 40 perc + dermedtés

Kacsamájparfé francia kevert salátával

Egy adag: 627 kcal