

## ANATRA COME PIACE A TOM

Ingredienti per 4 persone:

- 1 anatra bene in carne
- 2 fette di prosciutto crudo
- 1 trito di ginepro, timo e rosmarino
- 1 cucchiaio di olio d'oliva dietetico
- vino bianco
- sale
- pepe

Farcire l'anatra con il trito composto di ginepro, timo, rosmarino, e prosciutto crudo; nel frattempo porre a scaldare una casseruola di cui l'anatra non occupi più di 2/3 della sua capacità, portarla al giusto calore e sistemarvi l'anatra facendola rosolare e ben indorare da tutte le parti, quindi bagnarla con il vino bianco e un mestolo di acqua. Porre il coperchio e cuocere per un'ora.