

MAGRET DE CANARD AU VINAIGRE DE BALSAMIQUE

Recette pour 4 personnes

Ingrédients 2 gros magrets de canard (si petits : 3)
4 échalotes grises émincées finement
100 ml de vinaigre de balsamique
4 c. à soupe de miel
Sel et poivre au goût

Méthode

À l'aide d'un couteau, faire des entailles en forme de croisillons, saler et poivrer.
Dans un poêlon de bonne grandeur, déposer les magrets côté peau et laisser cuire 5 à 8 minutes.

Retirer l'excès de graisse, retourner les magrets côté chair et cuire 5 minutes.

Terminer la cuisson au four à 350F, 10 à 12 minutes.

Retirer les magrets et réserver en attente.

Dans la même poêle, faire suer les échalotes sans coloration 2 à 3 minutes.

Mouiller avec le vinaigre de balsamique et gratter les sucs de cuisson de la poêle.

Ajouter le miel et cuire 1 minute.

Dressage

Découper les magrets en tranches fines et napper avec la sauce.

Servir avec des pommes de terre parisiennes et des légumes.



Chef Croze