

Le canard au miel

Ingrédients : (pour 4 personnes)

- 4 magrets de canard gras
- 600 g d'échalotes
- 1 branche de thym
- 2 gousses d'ail
- 25cl de vin blanc
- 3 c.à s. de vinaigre de framboise
- 2 c.à s. de miel d'acacia
- 3 c.à s. de fond brun
- Piment d'Espelette
- 2 c.à s. de vinaigre de vin rouge
- 1 c à s de sauce soja
- Quelques grains de raisin italien (gros blanc)
- Sel, poivre



- Parez le gras du filet puis incisez-le à l'aide d'un couteau. Salez, poivrez des deux côtés, saisissez-le d'abord du côté gras dans une poêle bien chaude puis retournez-le.
- Une fois cuits, réservez les magrets, et dans les suc de viande restants, faites suer les échalotes, ajoutez le thym, l'ail et déglacez au vin blanc. Ajoutez le vinaigre de framboise, une bonne cuillère de miel, le fond brun, laissez réduire et ajoutez la cassonade et le beurre.
- Passez ensuite ce jus au chinois. Faites encore réduire sur le feu en ajoutant un peu de beurre et en dernière minute ajoutez quelques grains de raisins blancs.
- Pour le dressage, découpez le magret en fines tranches et nappez de sauce.

Max
& VÉNUS