

Magret de canard sauce vin rouge et agrumes.

Nombre de personnes :

3/4

Temps de cuisson :

15mn maxi pour la viande.

Ingrédients

1 magret de canard

De la graisse de canard

1/2 litre de vin rouge un peu tannique de préférence (Type Syrah, cabernet-Sauvignon...)

1 clou de girofle

1/2 pomme

80g de fruits rouges

1 càc de sucre ou de miel (facultatif pour la sauce)

Fond de veau (Maison ou en cube)

sel, poivre.

Etapes de la recette

Faites fondre la graisse de canard. Faites revenir les dés de pommes et réservez. Versez le concentré de tomate dans la graisse de tomate de façon à la torrifier. Ajoutez le fond de veau puis le vin rouge que vous portez à ébullition. Portez à ébullition le vin rouge (aromatisé ou non avec une pointe de cannelle à votre convenance). Ajoutez le jus d'orange, les pommes et les fruits rouges (cassis, framboise, myrtilles...). Nous avons réaliser la recette avec des framboises. Ajoutez 1 clou de girofle. Laissez réduire d'1/3 au moins de façon à ce que la sauce s'épaississe. Passez au tamis. Si besoin, épaissir avec un peu de fécule de pomme de terre.

Pour la cuisson des magrets, vous pouvez les quadrillez en surface à l'aide d'un couteau et retirez la graisse fondue après 10 mn de cuisson à feu moyen. Saisissez le côté gras 2 à 3

mn de façon à apporter du croustillant. Terminez la cuisson du magret, côté chair quelques instants.

Au total, il faut compter maximum 1/4 d'heure de cuisson. Ainsi, la viande sera souple et rosée.

Le conseil de votre boucher

La sauce peut être préparée à l'avance et réchauffée au bain-Marie.

Partager sur

FACEBOOK