

Magrets de canard à l'orange

Nombre de personnes : 2

Temps de préparation : 30 minutes

Ingrédients :

- 2 magrets de canard
- 2 oranges
- ½ citron
- 2 mandarines
- 50 g de sucre semoule
- 2 c à soupe d'eau
- 3 c à soupe de vinaigre de vin
- 3 c à soupe de vin blanc sec
- 3 c à soupe de Grand Marnier
- 1 petite c à soupe de fécule de maïs
- 1 c à soupe de gelée de groseille
- 1 bouquet de cresson
- Sel
- Poivre

Recette :

- Pressez les oranges et le demi citron.
- Pelez les mandarines et séparez-les en quartiers.
- Préparez la sauce de base :
 - Dans un poêlon, faites fondre le sucre semoule avec 2 c à soupe d'eau jusqu'à formation d'un caramel légèrement coloré.
 - Mouillez alors avec le vinaigre de vin, le vin blanc sec et le jus des fruits pressés.
 - Laissez cuire environ 1 minutes.
 - Retirez du feu.
- Dans une poêle, faites alors cuire les magrets de canard, en commençant 8 minutes du côté graisse et ensuite 4 minutes du côté chair en n'oubliant pas d'assaisonner de sel et de poivre.
- Lorsqu'ils sont cuits, coupez-les en aiguillettes et disposez-les sur les assiettes.
- Déglacez alors votre poêle avec la sauce de base.
- Remettez le tout dans le poêlon lorsque les sucs de cuisson sont bien dilués.
- Délayez la fécule dans le Grand Marnier et ajoutez-les à la sauce.
- Mélangez sans cesse au fouet et ajoutez enfin la gelée de groseille.
- Assaisonnez légèrement, ajoutez les quartiers de mandarine et laissez épaissir quelques instants.
- Disposez ensuite la sauce sur les magrets.
- Servez avec le cresson.

Boisson :

Un grand rouge du Cahors sera somptueux avec ce plat.