

Aiguillettes de Canard Caramélisées au Balsamique et Jus d'Orange

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- MAGRET(S) DE CANARD	400g
- CRÈME FRAICHE	5 c à soupe
- VINAIGRE BALSAMIQUE	2 c à soupe
- SUCRE SEMOULE	3 c à soupe
- ORANGE(S)	2
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Tranchez le magret en aiguillettes plus ou moins épaisses selon votre goût.
- Pressez une orange.
- Dans une poêle huilée, saisissez le canard de chaque côté avec un fond d'huile d'olive. Salez et poivrez. Réservez au chaud.
- Dans la même poêle, ajoutez le jus d'orange, le sucre et le vinaigre balsamique.
- Mélangez et laissez réduire quelques minutes à feu vif.
- Liez avec la crème et laissez bien épaissir. Poivrez.
- Replacez la viande de canard dans la sauce sucrée salée.
- Disposez les aiguillettes dans vos assiettes et nappez de sauce.
- Décorez harmonieusement de fines tranches d'orange.

Remarque:

Accompagnez de pdts rissolées, d'une purée maison ou de riz

