

MAGRET DE CANARD AUX CLÉMENTINES (2 personnes)

- 1 magret de canard
- 3 clémentines
- 1 c. à s. de miel liquide
- 1 c. à s. de vinaigre de cidre
- Cannelle moulue
- Sel, poivre du moulin

Presser 2 clémentines et réserver le jus. Eplucher l'autre et détailler la en quartiers.

Inciser la peau du magret. Le mettre à cuire côté peau environ 6 minutes à feu moyen dans une poêle chaude.

Jeter l'excédent de gras, le retourner et le faire cuire encore 5 minutes. Le déposer dans un plat allant au four, côté peau vers le haut.

Déglacer la poêle avec le vinaigre de cidre. Verser le jus des clémentines, le miel, une pointe de cannelle et les quartiers de clémentines. Saler et poivrer. Faire réduire avant de verser sur le magret.

Enfourner à 180°C (thermostat 6) 10 à 15 minutes selon la cuisson désirée.

Laisser reposer 5 minutes à la sortie du four avant de le trancher assez fins.

