

# Magret de canard au miel et au piment d'espelette

#RecetteN°19



## Préparation

1. La veille, marinez les magrets de canard de miel, thym et piment d'espelette puis réservez au frais (Le garçon boucher peut vous les mariner sans problème pour un petit supplément).
2. À la poêle, faites revenir les magrets 2 minutes côté gras et 30 secondes côté chair, puis laissez reposer plusieurs minutes sur une planche afin de vider le sang du magret.
3. Faites revenir les oignons émincés et les lardinettes 10 minutes environ, à feu doux dans la graisse du canard jusqu'à l'obtention d'une jolie coloration.



## Ingrédients

4/5 pers ⌚ 15 min 🍲 35 min

|              |                           |
|--------------|---------------------------|
| 2 x 450g     | Magret de canard          |
| 250 g        | Lardinettes de dinde      |
| 1 kg         | pommes de terre grenaille |
| 2            | beaux oignons             |
| 3 c. à soupe | de miel                   |
| 1 bouillon   | cube de poulet            |
| 3 c. à soupe | vinaigre balsamique       |
| 3 c. à soupe | sauce soja ou coca cola   |
| 2 c. à café  | piment d'espelette        |
|              | branches de thym          |



# Accompagné de pommes de terre grenaille au four

## # Suite

4. Déglacez la poêle de cuisson de vinaigre balsamique, de miel, de cubes de poulet, ainsi que de sauce au soja ou au coca cola.

5. Faites revenir 15 minutes à la poêle, à feu doux, vos patates et vos oignons.

6. Préchauffez le four à 180°C. Puis disposez dans un plat à four vos magrets ainsi que vos pommes de terres aux oignons, puis enfournez le tout environ 10 minutes pour une viande rosée et 13 minutes pour une viande à point.

Bon Appétit !



Le Garçon Boucher