

Cocotte de magret de canard Aux figues et au miel de fleurs des landes



Recette

Ingrédients pour 4 personnes

- 2 magrets de canard
- 5 échalotes
- 20 figues fraîches et nettoyées
- 4 cuillères à soupe de miel de fleurs des Landes
- 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- Sel, poivre



Temps >



Préparation
5 min



Cuisson
20 min

Préparation

- Quadriller la peau des magrets au couteau et les assaisonner des deux côtés (poivre et sel).
- Dans une cocotte colorer les magrets coté peau 8 minutes à feu vif (la peau doit être dorée et croustillante).
- Les retourner et continuer à cuire à feu doux 5 minutes de plus. Puis réserver.
- Dans le gras de cuisson confire à feu doux les échalotes finement émincées.
- Ajouter les figues et selon votre goût plus ou moins 4 cuillères à soupe de miel et 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique. Laisser mijoter quelques minutes.
- Ajouter le magret préalablement découpé en tranches.
- Couvrir et laisser mijoter 2 à 3 minutes.