

Magret de canard aux poires

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients pour 4 personnes:

- 2 magrets de canard
- 4 poires mûres
- 4 cuillères à soupe de vinaigre balsamique
- 4 cuillères à soupe de miel
- Ail/Persil
- Sel/Poivre

Préparation de la recette :

1. Chauffez le four à 240°C (Thermostat 8)
2. Mettez les magrets dans un plat allant au four et équipé d'un couvercle. Les magrets doivent être bien à plat au fond du plat (pas de chevauchement). Poivrez et saupoudrez légèrement d'ail et de persil
3. Pelez les poires et les couper en fines tranches. Déposez les sur les magrets et sur les côtés.
4. Arrosez les magrets de vinaigre balsamique
5. Mettez les magrets au four plat couvert.
6. Au bout de 10 minutes mettez une cuillère à soupe de miel sur chaque magret et arrosez avec le jus.
7. Reprenez la cuisson au four à 210°C (thermostat 7), le plat toujours couvert.
8. 5 minutes après, mettez une 2ème cuillère de miel sur chaque magret. Arrosez à nouveau avec le jus et laissez cuire encore 5 minutes, le plat découvert.
9. C'est prêt !!! Attention il faut arroser très régulièrement.

