



## Rôti de canard farci aux agrumes confits, sauce au cidre et potimarron

Temps de préparation : 1 h

Temps de cuisson : 1h10

Pour 6 à 8 personnes

### Ingédients

- 120 g d'écorces d'agrumes confits (citrons, orange, ...)
- 40 g de gingembre confit
- 2 cuil. à soupe + 25 cl de cidre sec ou demi-sec
- 1 cuil. à café de mélange 4 ou 5 épices
- 1 potimarron (env. 1,2 kg)
- 1 cuil. à café de graines de cumin
- 1 cuil. à café de graines de coriandre concassées
- 1 à 2 pincées de piment d'Espelette
- 4 magrets de canard
- 1 bâton de citronnelle
- 1 cuil. à soupe de sauce soja réduite en sel
- 1 poignée de jeunes pousses d'épinards
- 8 tranches d'agrumes confits
- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Poivre du moulin
- Fleur de sel

1. Détaillez les agrumes et le gingembre confits en petits cubes. Les versez dans un bol, ajoutez 2 cuil. à soupe de cidre, les épices et mélangez. Laissez mariner pendant 30 min.
2. Pendant ce temps, découpez le potimarron en tranches sans graines. Mettez-les dans un grand saladier avec 1 cuil. à soupe d'huile d'olive, les graines de cumin et de coriandre, une pincée de sel, le piment d'Espelette et mélangez. Déposez les tranches sur un plat à four.
3. Quadrillez la peau des magrets avec la lame d'un couteau bien affuté. Salez les 2 faces des magrets et poivrez la chair. Déposez la moitié de la préparation aux agrumes sur un magret, côté chair. Recouvrez-la avec un autre magret, côté chair contre la préparation aux agrumes. Puis ficellez les magrets comme un rôti. Préparez le deuxième rôti à l'identique.
4. Faites chauffer le reste d'huile d'olive dans une grande poêle allant au four, à défaut 1 sauteuse ou 1 cocotte. Faites-y revenir les 2 rôtis, 5 à 10 min par face. Jetez la graisse et poursuivez la cuisson des rôtis au four préchauffé à 180 °C pendant env. 20 min. Le temps de cuisson dépend de la cuisson souhaitée (saignante, rosée...).
5. Faites cuire les tranches de potimarron au four, en même temps que les rôtis, pendant 20 à 30 min. Vérifiez la cuisson, les tranches doivent être tendres.
6. À la sortie du four, déposez les rôtis sur une grille. Recouvrez-les d'une feuille de papier d'aluminium et réservez-les au chaud. Jetez l'excès de graisse de la poêle puis versez le reste de cidre et mettez-le réduire à feu vif avec le bâton de citronnelle écrasé. Quand le cidre a bien réduit, env. 6 cl, ajoutez la sauce soja et poursuivez la cuisson pendant 30 secondes. Retirez du feu.
7. Coupez les rôtis de magret en tranches. Retirez la ficelle et déposez 2 tranches par assiette, ainsi que 2 à 3 tranches de potimarron et quelques pousses d'épinards. Versez un filet de sauce et décorez avec des tranches d'agrumes confits. Dégustez avec du cidre.

### Suggestion

Pour plus de croquant, ajoutez des amandes ou des noisettes préalablement grillées et concassées aux fruits confits ou parsemez-en l'assiette juste avant la dégustation.

Cette recette se déguste avec un cidre savoureux et équilibré.

© recette et photo S'cuiz In pour Unacid, les Cidres de France