



Magrets de canard aux figues marinées au miel et à l'huile d'olive Millésime Cauvin

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Recette pour 6 personnes

Ingrédients

- 3 magrets de canard
- 12 figues fraîches
- 4 c. à soupe d'huile d'olive Millésime Cauvin
- 4 c. à soupe de vinaigre balsamique Cauvin
- 2 c. à soupe de miel
- 1 c. à café de quatre-épices
- Sel, poivre 5 baies au moulin

1. Lavez, puis coupez les figues en quartiers. Mettez-les dans un saladier. Ajoutez l'huile d'Olive Millésime Cauvin, le vinaigre balsamique Cauvin, le miel et le quatre-épices. Mélangez et laissez mariner pendant la cuisson des magrets.
2. Quadrillez la peau des magrets avec un bon couteau. Assaisonnez-les et saisissez-les côté peau dans une grande poêle sur feu vif. Laissez griller pendant 10 à 12 minutes.
3. Videz la graisse de la poêle, retournez les magrets et faites-les cuire encore 10 minutes.
4. Retirez les magrets et posez-les sur une assiette. Recouvrez-les d'une feuille de papier aluminium. Versez les figues et leur marinade dans la poêle. Faites-les revenir 5 minutes.

5. Remettez les magrets dans la poêle et réchauffez-les quelques minutes.
Servez aussitôt.

Astuces

Le magret de canard, la recette festive de fin d'année. Pour une recette automnale gourmande, accompagnez votre magret de rattes, ces petites pommes de terre au bon goût de noisette, ou d'une poêlée de champignons de saison. Pour les fêtes de fin d'année, osez le sucré-salé avec des saveurs festives comme l'orange, les marrons ou la pomme. Sublimez le tout avec un filet de La Millésime Cauvin lors de la cuisson !