

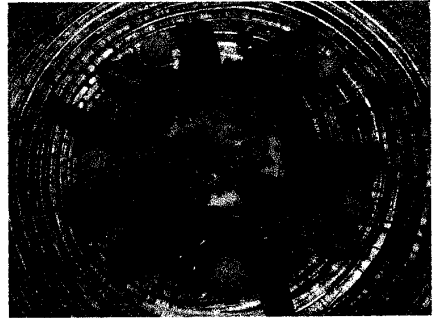


RECETTE

# Magrets de canard au miel et aux figues fraîches, gratin dauphinois

*L.thierry*

- 4 magrets
- 8 figues fraîches
- 50 grammes miel
- 50 grammes de beurre
- 2 cuillères à café de vinaigre balsamique
- fleur de sel
- poivre du moulin
- jus de canard
- 1 gousse d'ail
- ciboulette fraîche
- 1 décilitre vin rouge
- GRATIN DAUPHINOIS**
- 1 kilogramme pomme de terre
- 0,5 litre crème
- 0,5 litre lait
- 1 gousse d'ail
- laurier



**PRÉPARATION.** Dégraisser partiellement les magrets, les inciser légèrement en quadrillant la peau. les frotter avec la fleur de sel et poivrer.

Préparer le gratin de pommes de terre. Éplucher, laver les pommes de terre. Les émincer à l'aide d'une mandoline. chauffer le lait et la crème, assaisonner, sel, poivre, noix de muscade, feuille de laurier et l'ail écrasé. ajouter les pommes de terre et cuire doucement durant une dizaine de minutes. disposer les pommes de terre dans un plat à gratin. cuire au four à 150°C. (facultatif parsemer de gruyère râpé)

**PRÉPARATION DES FIGUES RÔTIES.** Éplucher les figues, les couper en quatre et les disposer dans un plat et parsemer de beurre fondu. Cuire au four à 150°C pendant environ 15 minutes.

**CUISSON.** Colorer dans une poêle antiadhésif les magrets de canard côté peau, puis retourner pour rôtir le côté chair. Finir la cuisson dans un four à 80°, les tenir rosés à coeur.

**SAUCE:** Dégraisser la poêle de cuisson, ajouter les échalotes émincés, bien colorer et déglacer avec le vin rouge. Dans une casserole colorer le miel jusqu'à une coloration caramel, ajouter la réduction vin rouge et échalotes et le jus de canard. Réduire, passer au chinois, rectifier l'assaisonnement et ajouter un filet de vinaigre balsamique.

**PRÉSENTATION.** Dans une assiette, dresser un demi-magret rôti au centre. Disposer les figues autour, verser un cordon de sauce, saupoudrer un peu de fleur de sel écrasée sur le magret et de la ciboulette ciselée. Décor: au choix.