

Magret de canard caramélisé aux épices, poelée de champignons

Temps de réalisation : 15 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 8 personnes :

Ingrédients :

4 magrets de canard (350 g chacun)

poivre du moulin

2 cuillères à soupe de miel

1 cuillère à café de Tandoori

1 cuillère à soupe de sauce soja

400 g de cèpes

800 g de pleurotes

Sauce :

2 échalotes

10 cl de porto

10 cl de fond de volaille

10 cl de crème liquide

Préparation :

- . Nettoyer les cèpes en coupant la pointe au couteau et puis avec un papier absorbant humide pour retirer toute la terre.
 - . Emincer les cèpes et réserver.
 - . Couper le bout des pleurotes et les émincer finement, puis réserver.
 - . Faire sauter au fur et à mesure les champignons sans les mélanger et assaisonner au dernier moment.
 - . Entailler les magrets côté peau en faisant des losanges.
 - . Mélanger tous les ingrédients pour réaliser la marinade et badigeonner les magrets, puis laisser la viande 1 heure au frais.
 - . Dans une poêle faire cuire à feu moyen côté peau pendant 6 minutes environ.
 - . Retirer l'excès de graisse au fur et à mesure et poursuivre la cuisson côté chair pendant environ 2 minutes en retirant la graisse au fur et à mesure.
 - . Finir au four pendant 7 minutes à 180°C en badigeonnant régulièrement les magrets à l'aide du pinceau en prenant le restant de marinade.
 - . Poivrer au dernier moment.
- #### Sauce :
- . Ciseler les échalotes, les faire suer à feu doux, et déglacer au porto, puis ajouter le fond de volaille.
 - . Crémiser et faire réduire de moitié en ajoutant le reste de marinade et vérifier l'assaisonnement.
- . Servir bien chaud accompagné des champignons.