

Recette : Rôti de magret de canard à l'orange

Temps de préparation : 20 minutes Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients

Pour 4 personnes :

Pour le rôti de magrets de canard

- 2 magrets de canard
- 1 à 2 cuillérées à café de marmelade d'orange
- environ 10 tranches de lard fin
- zeste d'un quart d'orange
- poivre

Pour la sauce :

- 200 ml de vin blanc
- 1 cuillérée à café de marmelade d'orange
- 2 échalotes
- 1/2 cuillérée à café d'épices à pain d'épices
- 1 cuillérée à café rase de maïzena
- sel, poivre

Étape 1 : Préparation du rôti [à l'avance]

- Récupérez vos magrets puis retirez la peau. Pour cela, cherchez le « coin » du magret où la peau se détache facilement puis tirez progressivement sans arracher les chairs. S'il a de la résistance, utilisez un petit couteau pour finir de détacher. Poivrez le magret des deux côtés.
- Étendez les différentes couches de lard sur votre plan de travail en les superposant légèrement puis disposez le magret côté « un peu bombé » côté lard.
- Tartinez un des magrets de la marmelade d'orange et répartissez les zestes d'orange. Mettez le deuxième magret dessus.
- Roulez les tranches de lard de manière à bien faire le tour du futur rôti.
- Ficelez le rôti avec de la ficelle de cuisine . Disposez dans un plat à four puis réservez jusqu'à la cuisson

Étape 1bis : Récupération de la graisse (pour la sauce et les pommes de terre confites)

Récupérez les peaux de magret puis faites-les dégraisser dans une petite poêle ou une casserole.

Récupérez la graisse ensuite.

Étape 2 : Préparation de la sauce [Possible à l'avance]

- Épluchez puis hachez les échalotes.
- Disposez 1 cuillérée à soupe de graisse de canard dans une petite casserole, faites chauffer, puis faites-y revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient translucides.
- Ajoutez le vin blanc, un demi-verre d'eau puis faites bouillir le liquide 1 minute afin de chasser l'alcool.
- Ajoutez les autres ingrédients : marmelade, épices puis mélangez. Laissez cuire à feu très doux pendant une bonne vingtaine de minutes. Réservez jusqu'à quelques minutes avant le service.

Étape 3: Cuisson du rôti et service [Dernier moment]

- Faites chauffer le four à 180°C, puis enfournez le rôti de magret pour 30 minutes.
- Récupérez la sauce, mélangez avec 1 cuillérée à café de maïzena, puis faites réchauffer à feu doux. Salez au dernier moment.