

Magret de canard, sauce à l'érable et argousier

Pour 4 personnes

2 magrets de canard

Sauce à l'érable et aux petits fruits

45 ml (3 c. à table) sirop d'érable

45 ml (3 c. à table) vinaigre de cidre nature au aromatisé aux fruits

1 échalote sèche

300 ml (1¼ tasse) fond brun de canard ou de demi-glace du commerce

125 ml (½ tasse) baies d'argousier

Préparation

Faire des entailles en quadrillage à la peau des magrets de canard. Assaisonner de sel et de poivre.

Préparation de la sauce

Verser le sirop d'érable dans une petite casserole et faire cuire environ 1 minutes. Ajouter le vinaigre de cidre et l'échalote hachée finement. Cuire 1 minute de plus. Ajouter le fond brun de canard ou la demi-glace du commerce. Laisser réduire la sauce jusqu'à consistance désirée. Ajouter les baies d'argousier, laisser mijoter lentement 5 minutes. Passer la sauce au tamis en pressant bien les baies d'argousier avec le dos d'une louche. Assaisonner au besoin. Réserver la sauce au chaud.

Procédé

Préchauffer le four à 180°C.

Faire chauffer une poêle à fond épais et ce sans matière grasse. Lorsque la poêle est bien chaude, saisir les magrets d'abord côté peau, jusqu'à bonne coloration, les tourner puis les placer au four. Faire cuire environ 5 minutes ou jusqu'à ce que la chair soit rosée. Retirer du four et couvrir d'un papier d'aluminium.

Finition et présentation

Laisser reposer 5 minutes avant de trancher les magrets. Dresser les tranches dans des assiettes chaudes, napper de sauce et servir avec des légumes d'accompagnement.