

Magret de canard et sa marmelade de myrtilles aux fruits secs

4 pers.

temps

Préparation : 35 min
Cuisson : 12 min



Ingrédients :

- 4 magrets de canard (sortir 24 h à l'avance au réfrigérateur)
- 250 g de myrtilles entières
- 60 g de sucre semoule
- 40 g d'abricots secs
- 40 g de figues sèches
- 40 g de raisins secs
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 cl de vinaigre balsamique

Préparation :

1. Pour la marmelade, versez l'huile d'olive dans une cocotte puis ajoutez les myrtilles et le sucre. Mettez un couvercle et faites cuire pendant 8 minutes. Pendant ce temps, coupez en petits carrés les abricots et les figues séchés.
2. Versez ensuite les raisins secs, les figues et les abricots sur les myrtilles. Mélangez et faites reuire le tout 3 minutes.
3. En même temps, salez et poivrez les magrets de chaque côté et faites chauffer une poêle. Déposez-y le canard côté graisse et faites cuire vivement durant 6 minutes de chaque côté.
4. Sortez les magrets de la poêle et faites-les reposer 5 minutes avant de les servir.
5. Terminez la marmelade en y ajoutant le vinaigre balsamique. Salez et poivrez à votre convenance.

Le conseil du chef : émincez très finement le magret et servez la marmelade encore tiède.



Sébastien SCHILT - Chef du restaurant "LEA LINSTER"
Grand Duché du Luxembourg

Vin conseillé :
Côtes du Rhône 96
Château de Malijay

