



Recette catalane pour ce vin:
Tajine aux abricots

Magrets de canard poêlés aux figues

Pour 4 personnes
Préparation: 20 mn Cuisson: 10 mn



Nous recommandons pour cette recette
Le Côtes du Roussillon Cuvée Imo Pectore

INGRÉDIENTS

- 2 magrets de canard de 400 g chacun
- 12 figues noires
- 3 c. à s. de miel d'acacia
- 1 c. à s. de vinaigre balsamique
- 20 g de beurre
- 1 c. à c. de sucre roux
- 1/4 de c. à c. de cannelle
- sel, poivre

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four sur th. 7 (210°C). Beurrez un plat à four
2. Fendez les figues en quatre. Rangez-les dans le plat. Nappez-les de miel. Saupoudrez-les de 2 pincées de sucre et 1 pincée de cannelle. Enfourez et laissez cuire 10 mn.
3. Entre-temps, quadrillez la peau des magrets.
4. Chauffez une grande poêle. Placez les magrets, côté peau par en-dessous. Salez, poivrez le côté chair. Faites cuire 5 mn sur feu moyen, puis retournez les magrets et laissez cuire 3 mn. Retirez-les, coupez-les en tranches, disposez-les sur un plat de service. Couvrez de papier alu et tenez-les au chaud.

5. Eliminez la graisse de cuisson. Versez le jus rendu par les magrets, le vinaigre et le reste du miel dans la poêle. Portez à ébullition. Raclez le fond avec une spatule pour décoller les sucs de cuisson

6. Nappez les magrets de cette sauce, disposez-les figues et servez chaud.

Conseil: Si vous utilisez des figues sèches, faites-les tremper pendant 2 h dans 30 cl d'eau tiède additionnée de 2 c. à s. de rhum ou de cognac.

"Bon Profit, Salut!"

-Bon appétit et santé !

Domaine Sol-Payré

F-66200 Elne

domaine@sol-payre.com

www.sol-payre.com