

Magrets de canard sauce aux petits fruits

Ingrédients

Pour la sauce aux petits fruits

-1 demi tasse de Petits fruits frais ou confiture (Framboises, bleuets, camerises)

-1 quart de tasse de sirop d'érable

-1 quart de tasse de vin rouge

-2 magrets ou poitrines de canard

-Fleur de sel

Instructions

1. Faire des légères entailles en quadrillé à la surface du gras du canard
2. Bien saler les magrets
3. Mélanger les ingrédients de la sauce et cuire dans une petite poêle à feu vif jusqu'à épaississement. Retirer du feu.
4. Cuire les magrets dans une poêle de fonte, le gras en premier, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. À l'occasion, badigeonner l'autre côté du magret dans le gras de cuisson. Retourner et continuer la cuisson jusqu'à ce que la température interne atteigne 137-140F.
5. Faire réchauffer la sauce au besoin et servir le canard en tranches avec la sauce.