recette écomiam

MAGRET DE CANARD AUX CERISES DE LOU





4 pers. **15 min** **15 min**

Ingrédients

Surgelés écomiam

- 2 magrets de canard décongelés
- 400 g de cerises dénoyautées décongelées

Épicerie / Marché

- 2 c à s de sucre semoule
- 10 cl de vin rouge
- 1 filet de vinaigre de vin
- 20 + 30 g de beurre
- el, poivre blanc

Préparation

- Parez et salez les magrets de canard.
- Déposez les magrets côté graisse sur une poêle bien chaude, 7 min pour laisser fondre la graisse, puis retournez côté chair et poursuivez la cuisson 7 min à feu moyen.
Le magret se sert rosé-saignant.
- Réservez la viande 5 min dans du papier aluminium avant de la découper.
- Faites chauffer 20 g de beurre dans une poêle, ajoutez les cerises (sans le jus rendu par les fruits) et saisissez-les 2 à 3 min.
- Saupoudrez de sucre semoule, poursuivez la cuisson 2 min pour qu'elle rendent leur jus.
- Versez alors le vin rouge et le filet de vinaigre de vin.
- Laissez réduire à feu doux jusqu'à obtenir un jus sirupeux.
- Hors du feu, incorporez 30 g de beurre en dés puis conserver au bain marie jusqu'au moment de service. Salez, poivrez.
- Coupez les magrets de canard en morceaux, servez-le accompagné de sauce au cerises.

Ce plat peut être servi avec de la purée de pommes de terre au beurre d'Isigny AOP ou de céleri écomiam.
Vous pouvez préparer la sauce aux cerises un peu à l'avance et la monter au beurre juste avant de servir, après avoir réchauffé la sauce à feu doux.
Vous pouvez remplacer le vin rouge par du fond de veau.

Bon appétit !

écomiam
le village du surgelé