

Magret de canard au miel et myrique baumier



4 magret de canard
1 petite poignée de feuilles de myrique
15 g de miel
gros sel de Guérande
cannelle
muscade
poivre
vinaigre de fruits
1 pot de compote de fruit Trésors des Bois

Réalisez des fentes en longueur du côté peau des magrets avec un couteau bien tranchant.

Écartez les fentes pour poivrer et insérez dedans des feuilles de myrique.

Enduisez délicatement de miel et ajoutez un peu de cannelle et de muscade.

Saupoudrez de gros sel de Guérande.

Laissez reposer une nuit.

Chauffez une poêle avec un petit filet d'huile et faites-y revenir le magret en commençant par le côté peau et en jetant au fur et à mesure l'huile rendue.

Retournez-le en milieu de cuisson.

Faites cuire environ 10 minutes ou plus selon la cuisson désirée.

Une fois cuit, sortez le de la poêle et posez-le sur une planche.

Laissez-le reposer 5 minutes avant de le trancher finement dans le sens de la longueur et arroser de quelques gouttes de vinaigre.

Servir avec 2 cuillères de compote de fruits et un gratin dauphinois aux chatons d'aulne.