**Recette : Aiguillettes de canard à l’orange**

Catégorie : Viande

Metatitle : Aiguillettes de canard à l’orange – Recette – Le Parisien

MetaDescription : Aiguillettes de canard à l’orange – Recette : Commencez par préparer la marinade. Dans un grand saladier, pressez les oranges, ajoutez les cuillérées d’huile d’olive et l’assaisonnement (sel et poivre ou piment d’Espelette).

MetaKeywords : aiguillettes canard orange, aiguillettes canard, aiguillettes, canard, canard orange

Titre-fiche : **Aiguillettes de canard à l’orange**

Subtitle1 : **Aiguillettes de canard à l’orange : Liste des ingrédients**

Content1 : 150 g d’aiguillettes de canard par personne

1 orange par personne

1 cuillérée d’huile d’olive par personne

Sel et poivre

Miel (facultatif)

Subtitle2 : **Aiguillettes de canard à l’orange** : **Préparation**

Content2 : Commencez par préparer la marinade. Dans un grand saladier, pressez les oranges, ajoutez les cuillérées d’huile d’olive et l’assaisonnement (sel et poivre ou piment d’Espelette).

Placez les aiguillettes de canard dans le saladier, faites en sorte qu’elles soient toutes immergées et placez le tout au réfrigérateur pendant minimum une demi-heure.

Retirez les aiguillettes de la marinade et placez-les dans une poêle bien chaude. Faites griller 2 minutes de chaque côté, puis desservez.

Versez la moitié de la marinade dans la poêle et faites réduire jusqu’à obtention d’une sauce légèrement sirupeuse. Si la sauce reste trop liquide, vous pouvez ajouter une ou deux cuillérées de miel.

Remettez les aiguillettes de canard dans la sauce bien chaude pour les réchauffer et servez immédiatement.

Subtitle3 : **Aiguillettes de canard à l’orange** : **Conseils et astuces**

Content3 : Servez vos aiguillettes de canard légèrement rosées, c’est comme cela qu’elles sont les meilleures.

S’il y a des restes, vous pouvez émiettez les aiguillettes de canard et les réutiliser pour faire un Parmentier de canard. Couvrez de purée de pommes de terre, de fromage râpé et mettez le tout au four pour 30 minutes à 180°.

ImageAlt : Aiguillettes de canard à l’orange

Imagecaption : Aiguillettes de canard à l’orange, servies rosées

Crédits photo : Dave Le, CC BY-NC-ND 2.0 (Flickr)