

CANARD à L'ORANGE

🕒 45mn 🧑 2/4/6 pers. 👨‍🍳 Facile



INGREDIENTS

- Magret de canard
- Jus d'orange
- Oignons jaunes
- Oranges
- Beurre
- Bouillon de volaille
- Huile d'olive
- Sel
- Poivre



Be-Farm



contact@be-farm.be



PREPARATION

- ① Quadrier la peau des magrets en incisant légèrement avec la pointe d'un couteau. Dans une sauteuse, faire revenir à feu vif les magrets côté peau d'abord, 5 minutes de chaque côté, avec un filet d'huile d'olive.
- ② Préparer le bouillon de volaille dans une casserole suivant les indications du paquet. Prélever les zestes d'une orange et la presser. Peler la seconde orange à vif afin de prélever les segments d'orange.
- ③ Dans une casserole, faire revenir les oignons émincés avec le beurre. Déglacer avec le jus d'orange, puis ajouter les zestes et les segments d'oranges. Compléter avec 15 cl de bouillon, le sel et le poivre. Laisser frémir 5 minutes.
- ④ Ajouter la sauce dans la sauteuse du magret et laisser mijoter 10 minutes.