

# Magrets de canard

à l'huile essentielle d'Orange douce

4 personnes

## Ingrédients

2 gros magrets de canard  
20 cl d'huile  
10 g de beurre

### Pour la sauce

40 g de sucre  
40 cl de vinaigre d'alcool  
1 litre de fond de canard (ou de veau)  
40 cl de Grand-Marnier  
5 à 6 gouttes d'huile essentielle d'Orange douce  
Fécule de pomme de terre ou de maïs (optionnel)  
Sel, poivre, noix de muscade



## Préparation

Étape 1 : mélanger le sucre et le vinaigre et laisser caraméliser à feu doux. Dès que le mélange blondit, ajouter le fond de canard. Laisser réduire de moitié avant d'ajouter le Grand-Marnier. Couvrir et conserver au chaud au bain-marie doux.

Étape 2 : enlever la « peau » des magrets, tailler le gras en losanges, assaisonner. Les saisir à feu vif côté peau durant 7 à 8 minutes de façon à faire fondre le gras. Retourner et laisser saisir 2 à 3 minutes, selon le souhait de cuisson.

Étape 3 : couper les magrets en tranches, les présenter dans un plat ou dans les assiettes. Ajouter l'huile essentielle d'Orange douce à la sauce et en napper les magrets. Servir aussitôt.

**Dégustez et éveillez vos papilles !**

Recette réalisée par Eric Trilleaud, Chef de cuisine, formateur et président délégué pour la section Auvergne de l'international Toques Blanches.