



*Canard*

# Magret de canard aux figues



**35 min 15 min 20 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

**0**

REPOS

**427**

CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

700 g **Magret de canard**  
8 **Figue fraîche**  
1 **Beurre**  
1 **Vinaigre balsamique**  
1 **Sel**

## Étape 1

Cuisson des magrets et des figues.

- 1 Quadriller la peau des magrets à l'aide d'un couteau en prenant garde de ne pas entailler la chair.
- 2 Faire cuire les magrets côté peau pendant 15 à 20 minutes selon leur épaisseur. Garder au chaud.
- 3 Laver et sécher soigneusement les figues. Les couper en 4 sans séparer les quartiers.
- 4 Faire chauffer du beurre dans une poêle et y faire revenir les figues à feu doux pendant 10 minutes.

## Étape 2

Déglçage et dressage du plat

- 1 Remettre les magrets dans la poêle coté chair et terminer la cuisson (environ 3 minutes).
- 2 Retirer les magrets, verser le surplus de graisse et déglacer la poêle au vinaigre balsamique.
- 3 Verser la sauce sur les magrets et les figues et servir sans attendre.