

Canard aux fraises et porto

RECETTES - REPAS - VOLAILLES



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 20 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- Une vingtaine de fraises coupées en rondelles
- 1/3 tasse d'oignons rouges coupés en dés
- 2-3 gousses d'ail
- 1/4 tasse de sirop d'érable
- 1/4 tasse de porto
- 2 poitrines de canard
- Sel et poivre

Préparation

1. Quadriller le gras du canard avec un couteau. Ne pas se rendre à la chair.
2. Faire cuire à feu élevé sans corps gras dans un poêlon pendant 2 minutes côté peau.
3. Réduire le feu à moyen et laisser cuire 5 minutes.
4. Tourner de côté et faire cuire encore 4-5 minutes. Le canard est bon rosé, voir saignant. Trop cuit, il devient raboteux et on n'aime pas ça. La température interne devrait être de 137 F. N'oubliez pas d'arroser régulièrement la poitrine avec le gras dans le poêlon.
5. Retirer du feu et laisser reposer sur une grille en déposant un papier d'aluminium par dessus.
6. Récupérer le gras de canard dans une tasse à mesurer.
7. Faire revenir les oignons et l'ail dans un peu de gras de canard à feu moyen. Quand les oignons sont transparents, y jeter les fraises et laisser cuire 3-4 minutes.
8. Ajouter le porto pour déglacer.
9. Ajouter le sirop d'érable et bien mélanger. Cuire 1-2 minutes.
10. Couper le canard en tranche en biseau.

11. Servir les fraises sur le canard coupés en tranches.
12. Saler et poivrer au goût.