CROZETS AU SARRASIN, *Magret de canard à l'orange et carottes*

Plat	Crozets et Tagliatelles	Nb. portions	Préparation	Cuisson
		4	15 MIN	4 MIN

INGRÉDIENTS

- **1 sachet de Crozets au sarrasin Saint Jean**
- 2 magrets de canard
- environ 20 petites carottes
- 2 oranges
- Sel
- Poivre

RECETTE

Préparation du magret et des carottes

- Eplucher les carottes
- Saler les magrets sur les deux faces, et à l'aide d'un couteau, quadriller la peau
- Dans une poêle et à feu doux, cuire les magrets côté peau en récupérant régulièrement la graisse fondue dans un bol
- Après 5 minutes de cuisson à feu doux, augmenter le feu et poursuivre la cuisson à feu moyen jusqu'à obtenir une peau dorée et croustillante
- Retourner les magrets et poursuivre la cuisson 3 minutes de manière à colorer l'autre face des magrets
- Retirer ensuite les magrets de la poêle, les placer sur une plaque la peau vers le haut, poivrer et enfourner 20 minutes dans un four à 100°C
- Pendant ce temps, disposer les carottes dans la poêle de cuisson des magrets, ajouter un peu de graisse de canard et faire dorer les carottes à feu vif
- Ajouter ensuite le jus des oranges pressées et compléter avec de l'eau de manière à recouvrir les carottes, poursuivre la cuisson à feu vif pendant 20 minutes
- Retirer les carottes de la poêle, et réduire le jus de cuisson jusqu'à une consistance sirupeuse et réserver

Préparation des crozets

- Cuire les crozets 4 minutes dans une eau bouillante salée puis les égoutter à l'aide d'une passoire
- Faire revenir les crozets dans une poêle avec le reste de graisse de canard et rectifier l'assaisonnement

Dressage

- Couper les magrets en deux dans le sens de la longueur puis en tranches
- Disposer les crozets dans le fond de l'assiette
- Ajouter les carottes et les tranches de magret sur les crozets
- Arroser généreusement de jus de cuisson réduit et déguster sans attendre !