

RECETTE DE CANARD A L'ORANGE



Pour 6 personnes

- Cuisse(s) de canard : 4 pièce(s)
- Orange(s) : 1 pièce(s)
- Oignon(s) : 2 pièce(s)
- Jus d'orange : 2.5 cl
- Sucre en poudre : 50 g
- Vinaigre alcool blanc : 5 cl
- Bouillon de volaille : 0.5 l
- Aromate(s) ail, thym, laurier : 1 pièce(s)
- Sel fin : 6 pincée(s)
- Moulin à poivre : 6 tour(s)

- **ETAPE 1**

Préchauffer le four à 200 °C (th. 6/7).

Couper les cuisses de canard en 2 au niveau de l'articulation. Éplucher les oignons et les tailler en gros morceaux. Couper l'orange en tranches.

- **ETAPE 2**

Dans une cocotte avec couvercle, colorer les morceaux de canard sans matière grasse, puis les réserver.

Enlever la graisse de la cocotte et colorer les morceaux d'oignons et les tranches d'orange. Ajouter le sucre, le vinaigre, et caraméliser. Déglacer ensuite avec le jus d'orange.

Remettre les morceaux de canard et ajouter l'ail non épluché, le thym et le laurier. Saler et poivrer, ajouter le jus de volaille et 1/4 de litre d'eau, puis couvrir et cuire pendant 45 min au four et à couvert.

- **ETAPE 3**

Dresser les cuisses de canard en assiette plate, accompagner de pommes de terre sautées et de légumes verts!