Ingrédients:

Pour 6 personnes:

- 3 magrets de canard.
- 6 poires.
- 2 cuillères à soupe de miel.
- 20 cl de vin doux type muscat.
- 3 brins de persil.
- Sel et poivre.

Recette:

1. Pelez les poires, retirez le coeur et les pépins. Coupez les fruits en tranches. Lavez, séchez et ciselez le persil.

2. Faites chauffer une poêle antiadhésive. Incisez les magrets, côté gras. Mettez-les à cuire 8 minutes environ côté peau dans la poêle sur feu moyen. Lorsqu'ils sont bien dorés d'un côté, retournez-les et faites-les cuire 2 minutes de l'autre puis retirez-les de la poêle. Réservez.

3. Jetez la graisse de la poêle, versez-y le miel et sur feu vif, déglacez au vin. Ajoutez les tranches de poire, salez, poivrez et laissez la sauce réduire. Arrosez souvent les poires pour bien les enrober du jus de cuisson.

4. Pendant ce temps, coupez les magrets en fines tranches. Puis les rajouter dans la sauce juste le temps de réchauffer la viande.

5. Répartissez dans l'assiette le magret, puis les tranches de poires, arrosez de sauce. Parsemez de persil. Servez et dégustez.

Vous pouvez varier cette recette en remplaçant les poires par des figues fraîches et des amandes. Et pour le vin le remplacez par du banyuls.