

Filet de canard mariné au miel

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 2 filets de canard
- 4 échalotes
- 50g de beurre
- 4 cuillères à soupe de miel
- 4 cuillères à soupe de vinaigre d'estragon
- Des abricots
- sel et poivre



Préparation :

1/ Chauffez le beurre dans une poêle sur feu vif. Ajoutez les filets de canard et faites les dorer sur chaque face pendant 3 minutes. Salez et poivrez.

2/ Egouttez les filets de canard et gardez-les au chaud.

3/ Mettez les échalotes émincées dans une poêle. Dès qu'elles sont dorées, ajoutez le miel. Laissez cuire pendant deux à trois minutes. Puis ajoutez le vinaigre. Dès que la sauce est sirupeuse, arrêtez le feu.

4/ Nappez les filets de canard avec la sauce bien chaude. Puis ajoutez les abricots préalablement coupés et réchauffés avec une noisette de beurre.

Servez aussitôt.

