

Magret de canard aux navets confits et miel

- **Préparation** : 20 minutes
- **Cuisson** : 40 minutes

Ingrédients

- 50 g d'Amandes Entières
- 20 g de Beurre
- 1 cuillère à café de Gros Sel
- 2 Magrets de Canard
- 50 g de Miel Liquide
- 8 Navets
- 2 Oeufs
- Sel, Poivre
- 2 cuillères à café de Thym



Préparation de la recette

- Lavez et épluchez les navets. Faites chauffer 1/2 litre d'eau salée au gros sel dans une casserole. Ajoutez le beurre. Faites cuire les navets 10 minutes. Egouttez-les.
- Retirez l'eau de la casserole et faites-y fondre le miel. Ajoutez les navets et faites caraméliser à feu doux 10 minutes. Déglacez avec 1/2 verre d'eau. Ajoutez le thym. Laissez cuire à feu très doux.
- Dans une assiette creuse, cassez les oeufs et ne conservez que les blancs. Battez-les en omelette. Concassez les amandes et mettez-les dans une autre assiette creuse.
- Retirez la peau des magrets de canard. Réservez-la. Salez et poivrez les magrets. Passez-les dans le blanc d'oeuf des deux côtés puis dans les amandes mais seulement du côté où il n'y avait pas de peau.
- Dans une poêle, ajoutez la peau du magret et faites chauffer jusqu'à ce que cela rende de la graisse. Retirez le surplus de peau et faites dorer 5 les magrets côté amandes et retournez-les ensuite de l'autre côté pour terminer la cuisson. Comptez encore 5 minutes pour une cuisson rosée et si le magret n'est pas top épais.