

## Fiche recette

# Cocotte de magret de canard aux figues et au miel



**Temps : >>> Cuisson : 20 min. Préparation : 5 min.**

### Ingrédients pour 4 personnes

2 Magrets de canard  
5 Echalotes  
4 Figes  
4 Cuillères à soupe  
de miel du Sud-Ouest  
2 Cuillères à soupe  
de vinaigre balsamique  
Sel  
Poivre

### Préparation

Quadriller la peau des magrets au couteau et les assaisonner des deux côtés (poivre et sel). Dans une cocotte colorer les magrets coté peau 8 minutes à feu vif (la peau doit être dorée et croustillantes retourner et continuer à cuire à feu doux 5 minutes de plus. Puis réserver. Dans le gras de cuisson confire à feu doux les échalotes finement émincées. Ajouter les quarts de figues et selon votre goût plus ou moins 4 cuillères à soupe de miel et 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique. Laisser mijoter quelques minutes. Ajouter le magret préalablement découpé en tranches. Couvrir et laisser mijoter 2 à 3 minutes.