



BUTTERNUT RÔTI FETA MAGRET DE CANARD IGP

INGRÉDIENTS

- 1/2 BUTTERNUT
- 1 TRANCHE DE FETA GRECQUE*
- 1 MAGRET DE CANARD IGP*
- 1 CUILLÈRE À CAFÉ DE MIEL DE FORÊT OU ACACIA*
- PIMENT D'ESPELETTE*
- 5 CL D'HUILE D'OLIVE EXTRA-VIERGE*
- 2 GOUSSES D'AIL
- HERBE DE PROVENCE

PRÉPARATION

- ÉPLUCHEZ LE BUTTERNUT PUIS COUPEZ-LE EN DEUX.
- COUPEZ À NOUVEAU LA MOITIÉ DU BUTTERNUT EN DEUX.
- TAILLEZ-LE EN TRANCHES D'ENVIRON 2 CM.
- HACHEZ LES GOUSSES D'AIL DANS UN RÉCIPIENT PUIS AJOUTEZ L'HUILE D'OLIVE.
- ASSAISONNEZ AVEC LE PIMENT D'ESPELETTE ET LES HERBES DE PROVENCE.
- AJOUTEZ LA CUILLÈRE DE MIEL PUIS MÉLANGEZ LA MARINADE.
- DISPOSEZ LES TRANCHES DE BUTTERNUT SUR UNE PLAQUE DE CUISSON.
- BADIGEONNEZ GÉNÉREUSEMENT LES TRANCHES AVEC LA MARINADE.
- ENFOURNEZ 25 MINUTES À 200 °C.
- PENDANT CE TEMPS, ÉMIETTEZ LA MOITIÉ DE LA FETA.
- QUADRILLEZ LA PEAU DU MAGRET AVEC LA POINTE D'UN COUTEAU.
- ASSAISONNEZ LA PEAU AVEC SEL ET PIMENT D'ESPELETTE.
- DANS UNE POÊLE BIEN CHAUDE FAITES CUIRE LE MAGRET CÔTÉ PEAU PENDANT 7 MINUTES (ENLEVEZ DE TEMPS EN TEMPS LA GRAISSE DU CANARD.)
- RETOURNEZ-LE À FEU MOYEN PENDANT 7 MINUTES SUR L'AUTRE FACE QUE VOUS AVEZ ASSAISONNER DE LA MÊME MANIÈRE.
- PENDANT LA FIN DE LA CUISSON DU MAGRET, PARSEMEZ LA FETA SUR LES TRANCHES DE BUTTERNUT PUIS LAISSEZ 5 MINUTES AU FOUR.