



Magret fumé aux herbes et grillé

jus de volaille miel et soja

INGREDIENTS (2 PERS)

- 2 Magrets de canard gersoises
- 1 tête d'ail, thym, romarin

Sauce:

- 1 c à s de miel
- 3 c à s de sauce soja
- Ail bio

Fond brun de Volaille:

- Carcasses de Volaille Bio du gers
- Garniture aromatique: oignons, échalotes, carottes, céleri branche, Thym, Laurier, tête d'ail bio.



RECETTE DU CHEF
QUENTIN MONRUFFET



PRÉPARATION

1-Réaliser un fond brun de Volaille.

-Colorer les Carcasses jusqu'à ce qu'elles soient bien brunes.

-Ajouter la garniture aromatique.

-Décoller les sucs.

-Mouiller à hauteur avec de l'eau froide.

-Porter à ébullition et cuire 1h30 à frémissement.

2-Parer et quadriller les magrets.

Garder les parures pour la sauce.

3-Fumer les magrets (au kamado) avec thym romarin ail pendant au moins 30 min.

4-Réaliser la sauce :

- Faire colorer les parures et les Magrets dans un sautoir.

- Décanter dégraisser.

- Pincer les sucs, ajouter l'échalote ciselée.

- Déglacer avec la sauce soja et le miel et décoller bien les sucs.

- Mouiller au fond brun.

- Réduire tranquillement à frémissement.

- Passer au chinois étamine.

5-Finir la cuisson du Magret à la plancha ou à la poêle.

les tables du gers



Le Comptoir des Colibris
6 PLACE DE LA HALLE
32430 COLOGNE
Tél.: 05 62 06 73 45