



Moisson Rimouski-Neigette

FICHE RECETTE CANARD ENTIER AUX POMMES

INGRÉDIENTS

- 1 **canard** entier (environ 5lbs)
- 2 **pommes**, coupées en quartier
- **Fines herbes**, au goût (romarin, thym, etc)
- 2 c. soupe de **miel** (ou de sirop d'érable)
- 1 **oignon**, coupé en quartiers (ou 2 échalottes françaises)
- 1/2 tasse de canneberges fraîches (facultatif)

SAUCE (facultatif)

- 1 tasse de **vin rouge** (ou du bouillon de poulet/boeuf)
- 2 c. à thé de **vinaigre balsamique** (ou autre type de vinaigre)

MÉTHODE

1. **Déposez** le canard entier dans un **plat allant au four**.
2. **Insérez** une **pomme** en quartier et des **fines herbes** dans le canard.
3. **Badigonnez de miel** uniformément tout le canard. **Salez et poivrez**.
Parsemez de feuilles de thym et de romarin au goût.
4. **Ajoutez** les **oignons**, les canneberges (facultatif) et le reste des quartiers de **pomme** autour du canard.
5. **Cuire** au four pendant **2 heures à 350 °F** (180 °C).
6. **Sortir** du four et **laisser reposer** pendant 15 minutes.

SAUCE (facultatif)

1. Dans une petite casserole, **versez** le **vin** et le **vinaigre**.
2. Ajoutez-y tout ce qui a cuit avec le canard (pommes, oignons, etc) et **portez à ébullition** à feu élevé.
3. **Baissez le feu** et laissez frémir doucement jusqu'à ce que la sauce ait **réduit de moitié**. Assaisonnez au besoin.

Pour le service, tranchez le canard et versez un peu de sauce dessus (ou tout simplement la garniture de pommes/oignons/canneberge). Servez avec des légumes rôtis ou l'accompagnement de votre choix.