

Manoir de Marsan

CHAMBRES D'HÔTES "DE CHARME"
Pyrénées Atlantiques

Nicole et André CAPDET

**Manoir de Marsan
F-64390 Sauveterre de Béarn**

Tel : +33(0)5 47 73 40 27

Email : andre.capdet@sfr.fr

Site web : www.manoir-de-marsan.fr

Langues parlées :   



BROCHETTES DE MAGRET DE CANARD

Ingrédients :

1 magret pour 2 personnes.
Gros raisins blancs ou morceaux de pêches ou lichées.
Oignons blancs coupés en morceaux

Marinade :

ail haché (2 ou 3 gousses)
huile d'olive (2 cuillerées à soupe)
1 cuillère à soupe de gros sel
poivre

mélanger et en faire une pâte assez liquide.

Recette :

Faire quelques entailles dans la chair et la peau du magret et le badigeonner de la marinade.

Laisser macérer 1 heure au minimum.

Avant cuisson, couper les magrets en cubes de 2 cms de côté. Les enfiler sur les brochettes en alternant magret, oignon et raisins (ou autres fruits à cuisson rapide).

Cuire sur barbecue (ou gril dans le four). La viande doit rester rose à l'intérieur.

A servir avec, soit du riz, soit un tian de courgettes et de tomates ou encore, ce qui est excellent, avec des aloubias (haricots blancs espagnols)

et, pour accompagner le tout, un Madiran "Château Monthus",

Bon appétit...

et à bientôt pour une prochaine recette !