

Magrets de Canard au Romarin et Navets glacés au Miel de Thym



Ingrédients pour 4 personnes:

2 gros Magrets de Canard (500 g environ).
2 branches de Romarin frais.
16 petits Navets blancs et violets (ou des boules d'or).
250 gr de Beurre.
2 cuil à soupe de Miel de Thym *Maezuela*.
2 branches de Thym frais.
Sel et poivre du moulin.
Ficelle de cuisine.

Préparation:

- Couper 2 branches de romarin de la taille de vos magrets.
- Entailler la peau des magrets en formant des croisillons.
- Déposer une branche de romarin sur un magret, recouvrir la du 2^{ème} magret, chair contre chair.
- Prendre de la ficelle de cuisine et ficeler vos magrets comme un rôti (serrer bien, la graisse va diminuer).
- Frotter votre rôti avec un mélange de sel et de poivre.
- Peler les navets, couper les en deux ou en 4 suivant leur taille (les plus petits sont meilleurs).
- Dans une cocotte en fonte sur feu doux faire fondre le beurre, ajouter les navets et le thym effeuillé, saler et poivrer puis couvrir et laisser cuire doucement.
- Faire chauffer une poêle sans matière grasse, y faire dorer votre rôti sur chaque face pendant 5 minutes, jeter la graisse excédentaire.
- Déposer les rôtis de magrets dans un plat allant au four, et enfourner pour 20 minutes (180 °).
- Pendant ce temps vérifier la cuisson des navets, quand ils commencent à être tendres rectifier l'assaisonnement en sel et poivre, ajouter le miel pour que vos navets soient légèrement glacés.