

# Rôti de magret de canard à l'orange

Bonjour à toutes et tous,

On continue nos idées de menu de fêtes, voulez-vous ? Cette année, les convives étaient restreints, il m'a fallu réviser les idées de plats de fêtes. Alors que ma (petite) famille s'orientait volontiers pour du [canard](#) cette année, j'ai re-songé à une recette qui avait fait fureur l'année dernière : un rôti de magret de canard. C'est une préparation simple et particulièrement adaptée pour les tablées de 4, et l'on peut varier les saveurs avec la garniture au centre. En simplicité, j'optais pour l'orange et en particulier la marmelade, en rappel à la célèbre recette de canard à l'orange.

Je réalisais un « crash test » courant novembre, avec une petite subtilité vis à vis des recettes usuelles : retirer la peau du canard et la remplacer par une fine couche de lard. Je ne pourrais témoigner du résultat, ne mangeant pas de canard, mais je peux vous assurer que le rôti à fait de grands heureux ce soir là. Il était cuit à point et moelleux, parfumé sans trop d'excès et a petite sauce servie avec amène la juste touche de parfums et de liquide qui convient pour compléter. Suite à la dégustation, mon mari m'a regardé comme si j'étais sortie d'un stage chez un 3 étoiles avec un « *T'en refais quand tu veut !!!* » (A Noël, mon cher ☐ )

Voilà Voilà. Pour mes proches, tout comme pour vous, je partage la recette avec vous sur le blog. J'espère que cela vous plaira. Bonne journée !

- RÔTI DE MAGRETS DE CANARD -  
A L'ORANGE



Rôti de magret de canard à l'orange – Au Fil du Thym



© Au Fil du Thym

Rôti de magret de canard à l'orange – tranché

## Recette : Rôti de magret de canard à l'orange

Saison de la recette : Toute l'année

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

### Ingrédients

Pour 4 personnes :

Pour le rôti de magrets de canard

- 2 magrets de canard
- 1 à 2 cuillerées à café de marmelade d'orange
- environ 10 tranches de lard fin
- zeste d'un quart d'orange
- poivre

Pour la sauce :

- 200 ml de vin blanc
- 1 cuillerée à café de marmelade d'orange
- 2 échalotes
- 1/2 cuillerée à café d'épices à pain d'épices
- 1 cuillerée à café rase de maïzena
- sel, poivre

## Réalisation

### Étape 1 : Préparation du rôti [à l'avance]

- Récupérez vos magrets puis retirez la peau. Pour cela, cherchez le « coin » du magret où la peau se détache facilement puis tirez progressivement sans arracher les chairs. S'il a de la résistance, utilisez un petit couteau pour finir de détacher.
- Poivrez le magret des deux côtés.
- Étendez les différentes couches de lard sur votre plan de travail en les superposant légèrement puis disposez le magret côté « un peu bombé » côté lard.
- Tartinez un des magrets de la marmelade d'orange et répartissez les zestes d'orange. Mettez le deuxième magret dessus.
- Roulez les tranches de lard de manière à bien faire le tour du futur rôti.
- Ficelez le rôti avec de la ficelle de cuisine.
- Disposez dans un plat à four puis réservez jusqu'à la cuisson

### Étape 1bis : Récupération de la graisse (pour la sauce et les pommes de terre confites )

Récupérez les peaux de magret puis faites les dégraisser dans une petite poêle ou une casserole.  
Récupérez la graisse ensuite.

### Étape 2 : Préparation de la sauce [Possible à l'avance]

- Épluchez puis hachez les échalotes.
- Disposez 1 cuillerée à soupe de graisse de canard dans une petite

casserole, faites chauffer, puis faites-y revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient translucides.

- Ajoutez le vin blanc, un demi verre d'eau puis faites bouillir le liquide 1 minute afin de chasser l'alcool.
- Ajoutez les autres ingrédients: marmelade, épices puis mélangez. Laissez cuire à feu très doux pendant une bonne vingtaine de minutes.
- Réservez jusqu'à quelques minutes avant le service.

### Étape 3: Cuisson du rôti et service [Dernier moment]

- Faites chauffer le four à 180°C, puis enfournez le rôti de magret pour 30 minutes.
- Récupérez la sauce, mélangez avec 1 cuillère à café de maïzena, puis faites réchauffer à feu doux. Salez au dernier moment.

Servez le rôti magrets de canard bien chaud, accompagné de la sauce.

---

### Astuces :

- Suggestions d'accompagnement :
  - Pour la touche classique : les pommes de terre confites
  - Pour la touche sucré-salée : [Une purée de patate douce à l'orange et épices](#)
- Sur la marmelade : Si vous n'en disposez pas maison, privilégiez une marmelade de bonne qualité afin que celle ci dispose de morceaux et soit la moins gélatineuse possible.
- Rien ne se perd : Récupérez la graisse de canard pour les pommes de terre confites. Si vous ne consommez pas tout lors du menu, vous pouvez tout à fait la réserver au frais et l'utiliser pendant le mois.
- Bon plan conso : Si vous n'avez pas accès aux producteurs, vérifiez bien que les magrets du canard viennent de France. Généralement, ils sont vendus sous vide, donc vous pouvez guetter les opérations commerciales faciles 15j avant utilisation du magret.

