**Canard à l'orange**

**magrets de canard  
thym frais  
brins de romarin  
le poivre du moulin  
graisse de canard  
le sel du moulin  
orange biologique**

[**bouillon de poulet**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**poivre rose**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**Tripple Sec**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**amidon**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**chicons**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**mayonnaise**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**jus de citron**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)[**croquettes de pommes de terre**](https://www.creatief-koken.be/basis/6157.htm)

Pour ce plat simple, la méthode de cuisson lente *(slow cooking)* est utilisée.

Placez les magrets de canard dans un plat à four. Ajoutez des brins de thym et de romarin, assaisonnez de poivre du moulin et versez la graisse de canard jusqu'à ce que les magrets soient complètement recouverts.

Pendant ce temps, préparez **la sauce** : portez à ébullition le jus d'orange avec le bouillon de poulet, moitié-moitié. Réduisez de moitié. Ajoutez du Tripple Sec (ou du Grand Marnier) selon votre goût. Liez la sauce si vous le souhaitez.

Faites revenir les magrets de canard confit des deux côtés (côté peau en premier), brièvement mais vigoureusement dans une poêle avec quelques cuillères à soupe de graisse de canard. Ajoutez maintenant un peu de sel du moulin, si vous le souhaitez.

**Dans l'assiette** : les magrets de canard pré-coupé, nappés de sauce à l'orange. Sur la photo, cette préparation a été complétée par des croquettes de pommes de terre et une salade de chicons (crue) coupée en tranches avec un filet de jus de citron et de la mayonnaise, mais d'autres combinaisons sont possibles. Le canard, par exemple, se marie bien avec les carottes et les petits pois.

Mettez le plat dans un four préchauffé à 95°C pendant 2 heures.