

# Canard à l'orange

## Ente « à l'orange »

**Temps de préparation : 30 minutes**

*Ingédients (pour 8 personnes) :*

- 2 canards
- 2 dl d'huile
- 40g de sucre
- 4 cl de vinaigre
- 1 l de fond de veau
- 6 oranges
- 1 dl de Grand Marnier
- sel et poivre du moulin

**Pour la sauce :**

- 1 l de jus d'orange (100% jus)
- 1 bon verre de vin blanc sec
- 1 cuillère de maïzena
- 30g de beurre

**Préparation et cuisson :**

Faire découper le canard par votre volailler.

Confectionner la gastrique : dans une casserole mettre le sucre, laisser caraméliser sans remuer. Très doucement, ajouter le jus d'orange, et laisser cuire à feu très doux une bonne ½ h.

Faire dorer les morceaux de canards dans une cocotte, côté peau en premier. Enlever les morceaux de canard et dégraissier la cocotte, remettre les morceaux, mouiller avec le vin blanc, la gastrique et le fond de veau. Saler et poivrer, laisser mijoter 1h30. Gratter les zestes d'orange, les blanchir 2mn, les égoutter et les laisser mariner dans le Grand Marnier. Peler à vif les oranges et prélever les segments pour le décor. Au ¾ de la cuisson, ajouter les zestes d'orange, les blanchir 2mn, les égoutter et les laisser mariner dans le Grand Marnier et rectifier l'assaisonnement.

A la fin de la cuisson lier la sauce avec la maïzena, mélangée à un peu d'eau.

Dans une poêle faire frémir les segments d'orange dans un peu de beurre.

Disposer le canard dans un plat de service chaud, décorer de segments d'orange le tour du plat.

**Zubereitungszeit: 30 Minuten**

*Zutaten (für 8 Personen) :*

- 2 Enten
- 2 dl Öl
- 40g Zucker
- 4 cl Essig
- 1 l Kalbsfond
- 6 Apfelsinen
- 1 dl Grand Marnier
- Salz und Pfeffer aus der Mühle

**Für die Sauce :**

- 1 l Apfelsinensaft (100%)
- 1 Glas trockener Weißwein
- 1 EL Maizena
- 30g Butter



**Zubereitung und Garen:**

Enten vom Metzger portionieren lassen.

In einem Topf Zucker und Essig karamellisieren („gastrique“ genannt), mit Apfelsinensaft nach und nach löschen und bei kleiner Flamme gut ½ Std. kochen.

Entenstücke in einem Schmortopf, Hautseite nach unten, anbraten. Die Stücke entnehmen und überflüssiges Fett entfernen. Entenstücke wieder hineinlegen, mit Weißwein, Kalbsfond und dem verkochten Saft begießen.

Mit Salz und Pfeffer würzen und 1 ½ Std. kochen lassen.

Apfelsinen schälen, feinnudelig schneiden und si 2 Min. blanchieren. Abseihen, abtupfen und sie in Grand Marnier marinieren lassen.

Apfelsinen in Spalten teilen (Haut entfernen) und für die Garnitur reservieren.

Nach ¾ Kochzeit, die marinierten Schalen hinzufügen, nach Bedarf nachwürzen.

Zum Abschluss die Sauce mit in etwas Wasser verrührter Maizena binden.

In Butter die Apfelsinen spalten leicht braten.

Die Ente auf einer warmen Platte dressieren und mit Apfelsinenspalten umlegen.

