



Canard aux pêches



Ingrédients

- Pour 6 personnes
Equivalence : 1 part de viande
+ 1 fruit
- 1 canard
- 10 pêches
- 1 jus de citron
- 25 cc de vin blanc sec
- 1 pincée de cannelle en poudre
- sel, poivre



Préparation

- Peler les pêches et les couper en quartiers.
- Farcir l'intérieur du canard de quelques morceaux de pêches, saupoudrées de cannelle.
- Faire dorer le canard sur tous ses côtés dans une cocotte chaude à revêtement anti-adhésif, sans ajout de matière grasse.
- Saler, poivrer.
- Verser le vin blanc.
- Couvrir et laisser cuire 50 mn à feu doux.
- Ajouter le reste de pêches , le jus de citron, et laisser s'achever la cuisson 20 mn environ.
- Dresser le canard dans un plat de service entouré des pêches, recouvert de sauce.

