

Carpaccio de canard à l'orange

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 150 g de sucre
- 5 cl de vinaigre blanc
- 25 cl de pur jus d'orange
- Le zeste d'une orange
- 200 g de magret de canard
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- Poivre du moulin

Préparation

- Mettez le sucre dans une casserole et caramélisez à sec.
- Quand il atteint une coloration brune, déglacez avec le vinaigre blanc et mouillez avec le jus d'orange. Faites réduire de moitié et ajoutez le zeste d'orange.
- Mélangez bien et ôtez du feu. Laissez refroidir.
- Retirez la graisse du magret de canard et coupez-le en fines tranches.
- Disposez les tranches de magret dans une assiette.
- Versez un peu d'huile d'olive et poivrez.
- Réservez au frais jusqu'au service, sous un film plastique.
- Servez le carpaccio de canard accompagné de la sauce à l'orange.

Valeurs nutritionnelles par personne

- **Potassium : 275 mg**



- **Phosphore : 130 mg**



- **Sel : négligeable**