



Magret de canard met honing (gebakken eendenborst)

Rosé gebakken eendenborst met een krokant velletje en een glanzende honing-balsamicosaus. Een feestelijk bistrogerecht dat toch verrassend eenvoudig klaar te maken is.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	20'	2	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 2 eendenborsten (magret, elk ca. 300 gr)
- 2 el honing
- 2 el balsamicoazijn
- 100 ml eendenfond of kippenbouillon
- 1 takje tijm

20 gr koude boter

zout en versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

- 1.** Kerf het vel van de eendenborsten kruislings in met een scherp mes, zonder in het vlees te snijden. Kruid beide zijden royaal met zout en versgemalen peper.
- 2.** Leg de eendenborsten met het vel naar beneden in een koude, droge pan. Zet de pan op middelhoog vuur en laat het vet rustig uitbakken gedurende 6 tot 8 minuten, tot het vel goudbruin en krokant is. Giet tussendoor het overtollige vet af en bewaar dit eventueel voor later gebruik.
- 3.** Draai de eendenborsten om en bak ze nog 3 tot 4 minuten aan de vleeszijde voor een rosé resultaat.
- 4.** Haal de eendenborsten uit de pan, wikkel ze losjes in aluminiumfolie en laat ze 5 minuten rusten.
- 5.** Giet het meeste vet uit de pan en zet de pan terug op middelhoog vuur. Voeg de honing toe en laat die 1 minuut licht karamelliseren. Voeg de balsamicoazijn toe en roer los.
- 6.** Blus met de fond, voeg het takje tijm toe en laat de saus inkoken tot een licht siroperige consistentie, ongeveer 3 tot 4 minuten.
- 7.** Verwijder het takje tijm. Klop de koude boter in klontjes door de saus tot ze mooi glanst. Proef en breng op smaak met zout en peper.
- 8.** Snijd de eendenborsten schuin in plakjes van ongeveer 1 cm dik. Verdeel ze over de borden en lepel de honingsaus erover.

Tip

Begin de eendenborst altijd in een koude pan. Zo smelt het vet geleidelijk uit en krijgt het vel de tijd om mooi krokant te worden zonder te verbranden.

Lekker met

Lekker met gebakken aardappeltjes of een aardappelgratin en gekarameliseerde witloof of gesauteerde boontjes.

Dranktip

Combineer dit gerecht met een volle rode wijn uit het zuidwesten van Frankrijk, zoals een Cahors of een Madiran.