

# Suprêmes de canard "laqués"

04.10.2011 20:13 par Jan Boesch

## Ingrédients pour 4 personnes :

2 suprêmes de canard de 300 gr chacun  
(avec la peau, sans os)

Sel, poivre

## Glaçage :

1 cs de miel

1 cc de poudre de moutarde anglaise

## Sauce :

1/8 l d'eau

3 cs de vinaigre

3 cs de sucre

1 cc de fécule

1 cs de sauce soja

2 gousses d'ail

2 cs de ketchup

3 à 4 gouttes d'huile de sésame

2 pointes de sambal oelek

1 cc de gingembre frais, râpé

Sel

Porter l'eau, avec le vinaigre et le sucre, à ébullition. Délayer la fécule avec la sauce soja. Mélanger l'ail écrasé et le ketchup, puis ajouter à l'eau. Faire bouillir et lier avec le mélange soja-fécule. Rectifier l'assaisonnement avec du sel, l'huile de sésame, le sambal oelek et le gingembre fraîchement râpé. Réserver au chaud.

Inciser la peau des suprêmes en dessinant une grille, bien saler et poivrer. Faire chauffer une poêle, y faire revenir les suprêmes, la face avec la peau (gras) vers le bas, jusqu'à ce qu'elle soit dorée, puis retourner. Poursuivre la cuisson quelques minutes. Laisser égoutter sur une grille et enlever la graisse à l'aide d'un papier ménage. Mélanger le miel avec la poudre de moutarde. Enduire de cette préparation la peau des suprêmes. Chauffer le four à 75°C et cuire pendant 50 à 60 minutes.