

BROCHETTES DE MAGRET AUX ABRICOTS SECS

Pour 4 personnes

Préparation 20 mn.

Cuisson 10 mn.

4 magrets de canard
de 300 g chacun env.

8 tranches fines
de poitrine fumée

2 gros oignons

1 orange

8 abricots secs

3 cuil. à soupe de
sauce soja

3 cuil. à soupe d'huile
d'olive

1 pincée de 4 épices

Sel, poivre

8 branches de romarin

Retirer la **peau** des magrets à l'aide d'un couteau **très** aiguisé, diviser chaque magret en 8 morceaux. Peler l'oignon et le découper en **quartiers**. Presser l'orange. Dans un plat creux, réunir le jus d'orange, la sauce soja, l'huile d'olive, la **pincée** de 4 épices et du poivre moulu.

Immerger les cubes de viande dans la **marinade**, ajouter l'oignon, couvrir et garder 1 H. au frigo. Laisser gonfler les **abricots** dans un bol d'eau bouillante, puis égoutter et les diviser en **deux**. Couper en deux les tranches de **poitrine** et enrouler chacune d'elle autour d'un **demi-abricot**.

Égoutter la viande et l'oignon, puis former des **brochettes** sur des branches de **romarin**, en alternance 4 cubes de magret, 2 morceaux d'abricot préparé, 4 lamelles d'oignon. Faire chauffer un gril en fonte, ou utiliser un barbecue lorsqu'il est bien chaud, poser dessus les brochettes, laisser les cuire 4 à 5 mn. par face. Saler et poivrer et déguster.