

## CANARD AUX POMMES

- 1 canard
- 4 pommes
- 2 tranches de pain rassis
- 60 ml. (1/4 tasse) de jus d'orange
- 1 oignon
- beurre
- sel, poivre

Pelez et tranchez les pommes. Épluchez et émincez l'oignon. Assaisonnez le canard de sel et de poivre à l'intérieur.

Mettez les pommes, le pain coupé en dés et le jus d'orange dans un saladier. Bien mélanger. Préchauffez le four th. 7 (210°C) (400F).

Farcissez le canard avec cette préparation. Piquez la poitrine du canard plusieurs fois avec une fourchette, mettez-le dans un plat à four . Faire cuire 1 heure.

Au bout d'une heure , lorsque le canard a commencé à lâcher sa graisse, entourez-le de l'oignon émincé et enfournez pendant 1h30(surveiller la cuisson).

Servez avec des pommes cuites au four et une purée de pommes de terre

-----Pour faire des pommes au four, rien de plus simple. Bien laver et essuyer les pommes. Avec un couteau évider le coeur en forme de cône en lui laissant un petit fond . Saupoudrer du sucre roux dans le trou, y mettre une noix de beurre et moi j'ai fini par arroser mes pommes avec un filet de sirop d'érable. Je les ai disposées sur un petit plateau recouvert d'un papier ciré et je les ai mis au four la dernière demie heure qu'il restait à la cuisson de mon canard.

Variante pour la purée de pommes de terre.

Bouillir des patates et 2 carottes coupées en morceaux. Retirez l'eau , ajouter du beurre et 4-5 bonnes cuillères à soupe de crème sure ainsi qu'une poignée de persil haché . Réduire en purée et rajouter de la crème sure si nécessaire.

Et bien sûr, une fois refroidi, j'ai récolté le précieux gras en le passant dans un tamis.

---