Intitulé du plat	Type de plat
Comment cuire un magret de canard au feu de bois	technique

Fiche technique de fabrication-bon économat

N° de référence		

Denrées	Unité	Qté
Voir : 1. Technologie cuisine 2. Techniques de cuisson 3. → Griller		

N°	Phases techniques	Temps
1.1	• Réserver le magret à t° ambiante avant cuisson. • /!\ Le magret dégage beaucoup de graisse lors de la cuisson. Il est important d'être équipé d'une bouteille d'eau à portée de main. Pour éteindre les flammes. Vous pourrez même arroser légèrement la viande cela enlèvera aussi les quelques cendres. /!\ à utiliser avec précaution pour ne pas éteindre les braises. • Le magret se présente avec une couche de gras importante sur une face. Il faut privilégier la cuisson de ce côté. Le gras va servir de protection et diffuser son parfum. • Dégraisser uniquement les extérieurs qui n'apporteront rien à part des flammes. • Faites des entailles au couteau dans la pellicule de gras pour éviter à la viande de retrousser pendant la cuisson. **Les braises sont prêtes ?** • Déposer sur une grille le magret 10 minutes côté gras près de la chaleur, puis on le retourne environ 5 minutes**.** • Retournez-le ensuite encore +/- 5 minutes côté gras**.** → trop saignant, finir la cuisson côté graisse. **Remarque :** Reposer votre magret quelques minutes après cuisson**.** Couvrez le dans un alu et déposer le sur un plat. Cette technique fait ressortir les jus. La chaleur va aussi se diffuser à cœur et gagner en tendresse !	
1.2		
1.3		
1.4		
1.5		
1.6		
1.7		
1.8		
1.9		
1.10		

Schéma ou dessin ou photo