

# Fiche cookeo magret aux poires weight watchers





**Ingrédients pour 4 personnes**

480 g de magret de canard paré  
12,5 cl de Monbazillac  
10 cl de bouillon de volaille  
1 cuillère à café de gingembre  
600 g de poires fermes pelées et coupées en 4  
Sel  
Poivre

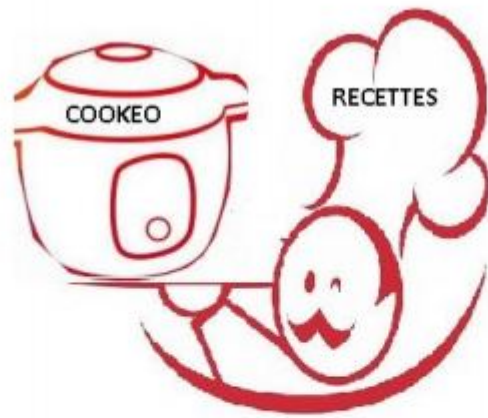
**Mode Dorer**

Incisez en biais la peau du magret, salez et poivrez, colorez les magrets coté peau en premier, 3 minutes par face  
Jetez la graisse de cuisson et réservez le magret  
Versez dans la cuve le Monbazillac en grattant bien les sucs de la viande  
Ajoutez le reste des ingrédients et le magret  
**Cuisson rapide ou Cuisson sous pression**  
Démarrez la cuisson - 5 minutes -  
Découpez le magret en tranches fines, servz avec les poires  
Nappez avec la sauce

## Fiche cookeo magret aux poires

**Vous pouvez imprimez ou créer un PDF de cette fiche en cliquant sur l'un des 2 onglets en haut à droite de l'article.**





# **1000 RECETTES COOKEO**