

Mélange-la poudre de cèpes au poivre et aux herbes de Provence.

Coupe les magrets de canard dans la longueur en lanières de 3 mm d'épaisseur.

Dispose les lanières en 2 longueurs en les superposant et en alternant gras et maigre (*J'en profite pour enlever du gras*)

Coupe les courgettes en lanières à l'aide d'un économètre.

Dispose des lanières de courgette sur le canard, assaisonne de poudre de cèpes au poivre et sale.

Roule les lanières sur elles mêmes afin d'obtenir un tournedos en serrant, ficèle et réalise ainsi 6 tournedos.

Cuir sur braises douces 5 minutes environ de chaque côté.

*Poudre de cèpes :*

*50 g de cèpes séchés, mixe les cèpes séchés afin d'obtenir une poudre.*

## POUR 6 PERSONNES

3 magrets de canard

3 jeunes courgettes

Poudre de cèpes de Marcon

Poivre mignonnette

Herbes de Provence

Sel



# Magret en tournedos de courgettes