 **Tournedos de canard sauce au miel**

[](http://croquantfondantgourmand.com/wp-content/uploads/2017/05/Tournedos-de-canard-sauce-au-miel-DSCN4320.jpg) **Pour 2 Croquants-Gourmands**

**- 2 tournedos de canard**  
**- ½ càs de moutarde à l'ancienne**  
**- 3 càs de crème fraîche**  
**- une pincée de pistils de safran**  
**- 1 càs de miel**  
**- 2 brins de persil**  
**- sel & poivre du moulin  
- Fleur de sel**

**La sauce :**  
Mélanger dans un petit bol, la moutarde, la crème et le safran. Ajouter le miel.  
Hacher le persil et l'incorporer. Saler & poivrer.  
Mélanger soigneusement et laisser infuser pendant au minimum une heure, couvert et au frais.  
**La cuisson des tournedos :**  
Assaisonner la viande sur les deux faces avec une pincée de fleur de sel et du poivre.  
Les déposer dans la poêle **froide** et les laisser cuire à feu moyen pendant 8 minutes sur chaque face.    
Les couvrir d'une feuille de papier cuisson, puis de papier d'aluminium et les laisser reposer pendant 15 minutes.  
**Finition de la sauce et dressage :**  
Verser la sauce dans une petite casserole et la faire chauffer à chaleur douce jusqu'à frémissement.  
Disposer les tournedos sur des assiettes chaudes et saupoudrer la surface de quelques grains de fleur de sel.  
**Napper avec la sauce au miel et servir immédiatement.**