 **Tournedos de canard sauce au miel**

 **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.**