

## La recette



# Bourguignon de magrets de canard

### Les ingrédients :

- 4 magrets de canard
- 2 oignons
- 4 carottes
- 2 gousses d'ail
- 150 g de magret fumé
- 200 g de champignons de Paris
- 8 feuilles de laurier
- 2 branches de thym
- 75 cl de madiran ou autre vin rouge du Sud-Ouest tannique
- 1 cuil. à soupe de farine
- Sel et poivre en grains
- 800 g de petites pommes de terre à chair ferme de type rattes
- Herbes de Provence
- Huile d'olive

### La préparation de la recette

- Retirez la peau des magrets avec le gras et réservez-la à part, puis coupez les magrets en gros morceaux.
- Épluchez les oignons, les carottes et l'ail. Coupez l'extrémité du pied des champignons. Coupez les carottes en tronçons, les oignons en huit, les champignons en deux. Pressez l'ail.
- Faites revenir 3 minutes la peau du canard dans une cocotte, retirez-la et remplacez-la par les morceaux de magret.
- Laissez dorer le canard sur toutes ses faces. Ajoutez le magret fumé coupé en morceaux, les oignons et l'ail pressé, le laurier et le thym, salez modérément et ajoutez des grains de poivre.
- Arrosez avec le madiran et laissez cuire 1 h à couvert et à feu doux.
- Ce temps écoulé, ajoutez les carottes, les champignons et la farine, remuez, couvrez et laissez cuire encore 1 h à feu très doux.
- Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
- Lavez les rattes, coupez-les en deux sans les peler, placez-les sur une plaque allant au four huilée. Salez, poivrez et parsemez les rattes d'herbes de Provence, puis enfournez pour 25 minutes.
- À la fin de la cuisson de la viande, rectifiez l'assaisonnement et servez avec les pommes de terre.



## On débouche quoi avec ce plat ?



### Madiran Vieilles Vigne Domaine Labranche Laffont AOC MADIRAN

Le nez présente d'abord des arômes de cassis, mûre, cèdre et de cuir. En bouche, l'attaque est ronde, avec des tanins mûrs et bien enrobés par une intensité aromatique de fruits noirs. La finale, elle, est épicée.

### Corbières « Fontanilles » Domaine des 2 Anes AOC CORBIÈRES

Des arômes purs et intenses de fruits frais : grenade, cerise, des senteurs de garrigue et d'embruns marins évoquent les cistes et la salicorne, des notes de rose enrichissent encore la complexité. La bouche est aérienne, fraîche et saline. La structure discrète pour une dégustation dès sa jeunesse.



## LE SAVIEZ-VOUS ?



Un vin est dit **naturel** lorsque la conduite de la vigne et les opérations en Cave se font sans aucun intrant chimique. La dose de sulfites ajoutés ne doit pas dépasser 30mg/L. En soit, il n'y a que du raisin dans la bouteille.

Il y a **2000 ans**, pour renforcer les vins et les aromatiser, les romains ajoutaient des épices, du miel, du sel ou encore de la résine.



Le **carafage** d'un vin est généralement recommandé pour les vins jeunes, rouges et structurés. Il permet de compenser légèrement les inconvénients inhérents à la jeunesse du vin : réduction, boisés trop marqués, structures tanniques asséchantes. L'oxygène participe alors à équilibrer ces « défauts » de jeunesse.

Le **décantage** consiste à utiliser une carafe pour écarter les dépôts que l'on trouve parfois dans les vieux vins. On essaie alors dans ce cas de limiter l'impact de l'oxygène sur le vin : ne pas agiter et reboucher rapidement la carafe.

Vente dans la limite des stocks disponibles • L'abus d'alcool est dangereux pour la santé • Consommez avec modération - © Freepik

# La Lettre de La CAVE

VINS • CHAMPAGNES • SPIRITUEUX

Depuis 1979 • LAVAL



Janvier 2024 // N° 84

Anne, Jordan, Alexis, François et Martin ont le plaisir de vous adresser tous leurs vœux pour 2024. Que cette nouvelle année apporte à chacun d'entre vous la santé, la réussite dans tous vos projets et encore de nombreux souvenirs agréables de convivialité au détour de quelques dégustations en famille ou entre amis. En ce mois de Janvier vous pourrez découvrir quelques promotions autour de vins à découvrir ou à redécouvrir. Alors bonne lecture !

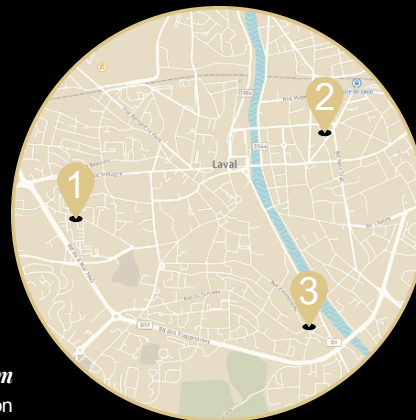
1 La CAVE  
02 43 58 16 12  
86 Boulevard Frédéric Chaplet

2 La CAVE  
02 43 56 45 05  
73 Avenue Robert Buron

3 La CAVE  
02 72 54 05 84  
14 Place d'Avesnières

laval.lacave1979@gmail.com

La Cave Jean-Marc Mïton



## 3 LIEUX POUR VOUS ACCUEILLIR

**73, Av Robert Buron**  
02 43 56 45 05  
Lundi : 9h30/12h et 14h30/19h  
Du Mardi au Vendredi :  
9h30/12h30 et 14h30/19h  
Samedi : 9h/12h30 et 14h/19h  
Dimanche : 9h30 à 12h30

**86, Bd Fr. Chaplet**  
02 43 58 16 12  
Lundi : fermé  
Mardi / Mercredi / Vendredi :  
10h/13h et 15h/19h  
Jeudi : 15h/19h (fermé le matin)  
Samedi : 9h/13h et 14h30/19h  
Dimanche : fermé

**14 place d'Avesnières**  
02 72 54 05 84  
Lundi : fermé  
Mardi / Jeudi / Vendredi :  
10h/13h et 15h/19h  
Mercredi : 15h/19h  
(fermé le matin)  
Samedi : 9h/13h et 14h30/19h  
Dimanche : 10h à 12h30

laval.lacave1979@gmail.com

La Cave Jean-Marc Mïton



# PAR CARTON DE 6 BOUTEILLES = LA 7<sup>E</sup> OFFERTE

du 27 janvier au 18 février 2024

## CHÂTEAU PEYGUEROL 2021

### Costières de Nîmes AOC

GRENACHE, SYRAH

Belle robe rouge profonde. Le nez est dominé par des arômes rappelant la garrigue gardoise. La bouche, souple et fondue, évoque les fruits rouges mûrs (cassis, framboise) et se termine sur des notes grillées.



41€40  
soit 5€91 la btle  
~~(6€90)~~

6+1 GRATUITE

## JOURS DE VIGNE 2022



### Aude IGP

GRENACHE, CARIIGNAN, SYRAH

Robe profonde rubis à reflets carminés. Jours De Vigne se distingue par sa palette aromatique très complexe, fruitée et fleurie avec des notes de fleurs de vigne, lilas, narcisse et des arômes de groseille, prune, abricot, pastèque. Une bouche gourmande et charnue, un équilibre réussi entre fraîcheur et densité.



75€00  
soit 10€71 la btle  
~~(12€50)~~

6+1 GRATUITE

## CHÂTEAU LA CROIX DU LYS 2020

### Blaye Côtes de Bordeaux AOC

CABERNET SAUVIGNON, CABERNET FRANC, MERLOT

Notes boisées, vin élégant, un peu discret. Une bouche légèrement poivrée, sur le fruit frais (Fraise). Fin et peu charpenté.



41€40  
soit 5€91 la btle  
~~(6€90)~~

6+1 GRATUITE

## LES ROUILLÈRES Frédéric Mabileau 2022



### Saint-Nicolas de Bourgueil AOP

CABERNET FRANC

À l'œil, sa robe profonde et brillante s'ouvre sur un bouquet de cassis et de notes de bleuet. La bouche est gourmande, sur des notes de fruits rouges et des notes végétales avec un relief boisé.



84€00  
soit 12€00 la btle  
~~(14€00)~~

6+1 GRATUITE

## VIM SOLIS 2020

### Vinsobres AOC

GRENACHE, SYRAH, MOURVÈDRE

Robe pourpre sombre. Nez expressif de petits fruits noirs (cassis, réglisse). Attaque franche marquée par un volume de fruits dense et onctueux aux tanins soyeux. Intensité et persistance offrent à ce vin une bouche harmonieuse et séduisante. Ce vin est à déguster dans sa jeunesse afin de profiter de son bouquet et de sa gourmandise.



66€00  
soit 9€43 la btle  
~~(11€00)~~

6+1 GRATUITE

## LARMADA 2019

### Montage Saint-Emilion AOC

MERLOT

Au nez c'est une palette de notes de fruits rouges et noirs comme la cerise et le cassis. En bouche l'attaque est franche, les tanins sont bien présents et la finale est longue sur des notes épicées et fruitées.



125€40  
soit 17€91 la btle  
~~(20€90)~~

6+1 GRATUITE

## DOMAINE DES GRAVES D'ARDONNEAU PRESTIGE 2020

### Blaye Côtes de Bordeaux AOC

MERLOT, CABERNET SAUVIGNON, MALBEC

Ce vin rouge, mêlant au nez fruits rouge mûrs et un boisé torréfié élégant, se révèle au palais dense, ample, gras et long. Les tanins sont fins et soyeux, rendant l'ensemble harmonieux et équilibré.



71€40  
soit 10€20 la btle  
~~(11€90)~~

6+1 GRATUITE

## CHARME DE COS LABORY 2018

### Saint-Estèphe AOC

CABERNET SAUVIGNON, MERLOT

Belle robe intense et profonde. Le nez dévoile une panoplie d'arômes floraux comme la violette et de fruits noirs. Il est finement boisé. Belle attaque ronde et souple en bouche avec de la matière. Une belle maturité des raisins.



196€80  
soit 28€11 la btle  
~~(32€80)~~

6+1 GRATUITE