



Canard en 3 façons : foie, magret et confit Chaque recette est proposée pour 4 personnes

Dés de magret de canard sur crackers aux céréales

Temps de préparation : 5 min

Temps de cuisson : 16 min

Ingrédients

- 1 Magret de canard
- Crackers aux céréales
- Fleur de sel
- Piment d'Espelette
- Thym frais

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Sortir les magrets du réfrigérateur.
3. Les inciser en croisillons côté peau.
4. Déposer le magret dans une poêle côté peau et le faire dorer 10 min à doux en jetant la graisse plusieurs fois.

5. Quand la peau est bien croustillante, le déposez sur une plaque de cuisson et laisser cuire 6 à 8 min au four.
6. Couper le magret en gros cube puis déposer les sur les crackers coupés à la même dimension.
7. Salez, puis ajouter modérément le piment d'Espelette et quelques sommités de thym frais.

Petites escalopes de Foie Gras poêlées sur pommes confites

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 13 min

Ingrédients

- 4 petites escalopes de Foie Gras cru
- 1 pomme
- 15 g de beurre
- 1 c. à soupe d'huile
- Fleur de sel
- Poivre du moulin
- Thym frais

1. Couper la pomme puis la détailler en quartiers.
2. Faire chauffer le beurre et l'huile dans une poêle à feu doux puis laisser dorer doucement les quartiers de pomme 5 min par face. Déglacer avec le vinaigre de cidre, saler et poivrer.
3. Pendant ce temps faire dorer les escalopes de Foie Gras dans une seconde poêle 1 min 30 par face à feu moyen sans ajouter de matière grasse. Saler, poivrer au moulin et servir aussitôt les escalopes sur les quartiers de pomme.

Effiloché de canard en nid de pâtes

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 10 min

Ingrédients

- 1 cuisse de Confit de canard
- 50 g de nids d'Alsace
- Sel
- Poivre du moulin
- Pousses d'épinard

1. Préchauffer le four à 180°C.
2. Enfourner le Confit de canard et le laisser cuire 8 min.
3. Retirer la peau puis effiloche finement la chair autour des os.
4. Baisser le thermostat à 140°C puis réserver l'effiloché au four.
5. Pendant ce temps faire cuire les pâtes 5 min dans une petite casserole d'eau bouillante salée en conservant la forme des nids.
6. Les égouttez puis servir sur assiettes en ajoutant une cuillère d'effiloché sur les nids. Poivrer au moulin et décorer l'assiette de quelques pousses d'épinard.