



Tacos Tex Mex au Confit de canard en effiloché

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 2 cuisses de Confit de canard
- 4 à 8 tacos à la farine de maïs
- 1 petite boîte de haricots rouges
- 1 petite boîte de maïs
- 8 mini poivrons multicolores
- 150 g de riz blanc
- 1 avocat
- 1 oignon rouge
- 1 filet d'huile d'olive
- Sauce piquante Tex Mex
- Sel
- Poivre du moulin

1. Préchauffer le four à 130°C.
2. Placer les cuisses de Confit de canard dans un plat puis les enfourner 10 min.
3. Pendant ce temps, faire cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante salée puis l'égoutter.
4. Émincer finement l'oignon, les poivrons et couper l'avocat en fines lamelles.
5. Rincer le maïs et les haricots rouges.

6. Retirer les cuisses de Confit de canard du four et effiloche la chair avec une fourchette (retirer la peau et les os).
7. Placer les tacos 5 minutes au four pour les réchauffer.
Les remplir de riz, de légumes et d'effiloché de Confit de canard.
Saler, poivrer, verser un filet d'huile et servir aussitôt avec la sauce Tex Mex.

Astuce

En promenade ou en pique-nique tous les ingrédients seront placés dans des petits contenants, puis à la pause, les tacos seront remplis sur place, et dégustés bien frais.