



Salades

Salade de magrets de canard séchés



25 min **20 min** **5 min** **0** **590**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la salade

- 1 Préparer des croutons. Attention à ne pas les faire brûler.
- 2 Préparer les feuilles de salade.
- 3 La couper en morceaux, elle sera plus facile à déguster.
- 4 Peler l'oignon. Le couper en deux dans la hauteur, puis en tranches fines. Détacher les tranches et réserver.
- 5 Couper le magret en tranches fines.
- 6 Égoutter le maïs.
- 7 Broyer grossièrement les cerneaux de noix avec les doigts.
- 8 Dans les assiettes, répartir les feuilles de salade, l'oignon, les tranches de magret, le maïs, les noix et les croûtons de pain.

Étape 2

Dressage

- 1 Émulsionner la moutarde, les huiles, le vinaigre et le sel afin d'obtenir une vinaigrette homogène.
- 2 Verser cette sauce sur la salade et servir aussitôt.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la salade

1 **Frisée(s)**
100 g **Magret(s) de canard séché(s)**
1 **Oignon(s)**
250 g **Grains de maïs**
80 g **Noix (cerneau)**

Ingrédients pour les croûtons

4 tranche(s) **Pain(s) de campagne**
1 c. à soupe **Beurre clarifié (ghee)**

Ingrédients pour la sauce vinaigrette

3 c. à soupe **Huile de colza**
2 c. à soupe **Huile de noix**
2 c. à soupe **Vinaigre de vin**
1 c. à soupe **Moutarde**
1 **Sel**

