

Canard

Nems de canard aux herbes



1h 40 min 20 min 0 617

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la sauce

- 1 Dans un saladier, verser un peu de gingembre en poudre, de quatre épices, de sel et de poivre.
- 2 Verser le vinaigre balsamique tout en remuant avec le fouet.
- 3 Verser la sauce soja toujours en remuant.
- 4 Ajouter le miel, remuer.
- 5 Verser le ketchup et remuer à nouveau.
- 6 Verser l'huile de sésame et l'huile d'olive, toujours en mélangeant.
- 7 Ajouter le sésame grillé et remuer.
- 8 Laver, effeuiller puis ciseler les feuilles de menthe.
- 9 Ajouter à la sauce, et bien remuer le tout au fouet.
- 10 Réserver et laisser macérer.

Étape 2

Préparation de la farce

- 1 Éplucher et ciseler l'oignon pas trop finement. Réserver sur une assiette.
- 2 Éplucher et tailler les carottes en brunoise. Réserver

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour les nems de canard

2 Cuisse(s) de confit de canard

100 g **Foie gras cuit**
12 **Feuille(s) de brick**
10 cl **Glace de viande**
2 **Carotte(s)**
1 **Oignon(s)**
1 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
0.25 branche(s) **Sauge**
0.25 botte(s) **Persil plat**
30 g **Graisse d'oie**
3 c. à soupe **Huile d'olive**
1 pincée(s) **Gingembre en poudre**
1 pincée(s) **Quatre-épices**
1 **Sel**

Ingrédients pour la sauce

10 cl **Vinaigre balsamique**
10 cl **Huile de sésame**

avec l'oignon.

- 3** Laver, effeuiller puis ciseler la sauge. Réserver dans un ramequin.
- 4** Laver, effeuiller puis ciseler le persil pas trop finement. Réserver dans un second ramequin.
- 5** Passer les cuisses pendant quelques instants au micro ondes afin que la chair se détache facilement des os.
- 6** Enlever la peau et désosser les cuisses.
- 7** Effiloche la viande avec les doigts et vérifier qu'il n'y ait pas de morceau d'os ni de nerf.
- 8** Concasser grossièrement la viande avec un couteau éminceur.
- 9** Réserver dans un petit saladier.
- 10** Dans une poêle faire fondre de la graisse de canard.
- 11** Ajouter les oignons et les carottes.
- 12** Saupoudrer de sel, de gingembre et de quatre épices, puis faire suer légèrement les légumes en mélangeant avec une cuillère en bois.
- 13** Couvrir et laisser cuire à petit feu pendant environ 5 minutes en remuant de temps en temps.
- 14** Quand les légumes sont cuits, retirer le couvercle puis les laisser légèrement colorer.
- 15** Ajouter les légumes cuits dans le saladier contenant le canard, mélanger le tout.
- 16** Ajouter la sauge et le persil au mélange.
- 17** Ajouter enfin la glace de volaille, bien mélanger la farce. Réserver le mélange.
- 18** Couper le foie gras en morceaux.
- 19** Les ajouter à la farce et bien mélanger.

Étape 3

Confection des nems

- 1** Parer les côtés puis couper en 2 les feuilles de bricks.
- 2** Confectionner une dorure avec du jaune d'œuf et de l'eau.
- 3** Badigeonner les feuilles de brick de dorure à l'aide d'un pinceau.
- 4** Déposer un peu de farce au centre du bas des 2 moitiés puis rouler la feuille en rabattant les côtés.
- 5** Renouveler l'opération en fonction du nombre de nems souhaités.

Étape 4

Cuisson des nems

- 1** Dans une poêle faire chauffer de l'huile d'olive.
- 2** Déposer les nems côté soudure dans la poêle pour souder le nem immédiatement.
- 3** Faire colorer toutes les faces.
- 4** Quand ils sont cuits, les égoutter sur une assiette recouverte de papier absorbant.

10 cl **Huile d'olive**
5 cl **Sauce soja**
20 g **Ketchup**
20 g **Miel**
20 g **Sésame grillé**
2 pincée(s) **Gingembre en poudre**
1 pincée(s) **Quatre-épices**
10 feuille(s) **Menthe fraîche**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 **Menthe fraîche**
1 **Laitue(s)**

Étape 5

Dressage

- 1 Déposer les nems dans une assiette en les superposant pour leur donner un peu de volume.
- 2 Disposer quelques cœurs de laitue et des feuilles de menthe.
- 3 Napper l'assiette de sauce.
- 4 Servir chaud avec un ramequin de sauce à part.