

Canard

Cuisses de confit de canard glacées



1h 15 min 45 min 0 474

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la marinade

- 1 Couper le bulbe de citronnelle en deux et l'écraser à l'aide d'un pilon. Réserver dans un plat.
- 2 Peler et dégermer l'ail à l'aide d'un couteau d'office. Réserver avec la citronnelle.
- 3 Ajouter le ketchup, le miel et la cassonade à la citronnelle et à l'ail.

Étape 2

Cuisson des cuisses de canard

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.7).
- 2 Il faut avoir préalablement retiré la graisse des cuisses en les passant sous un filet d'eau chaude.
- 3 Avec un couteau d'office, quadriller les cuisses de canard.
- 4 Mettre les cuisses dans le plat avec la marinade et verser de l'eau à mi-hauteur.
- 5 Enfourner les cuisses à 200°C (Th.7) pendant 40 minutes en arrosant régulièrement.

Étape 3

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la viande

4 Cuisse(s) de confit de canard

Ingrédients pour la marinade

160 g Miel
160 g Ketchup
160 g Sucre roux
3 Bâton de citronnelle
3 Gousse(s) d'ail

Ingrédients pour la salade

100 g Roquette
4 trait Vinaigre de cidre
4 trait Huile de noisette

Dressage

- 1** Quand les cuisses sont caramélisées, les retirer du four.
- 2** Dresser les cuisses de canard dans des assiettes de service.
- 3** Ajouter un peu de salade. Assaisonner de vinaigre de cidre, d'huile de noisette et verser le glaçage sur les cuisses. Servir.