

Canard

Magret au cidre, choux chinois farcis aux shiitakes et pomme granny smith confite



4h

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

3h

CUISSON

0

REPOS

665

CALORIES

Étape 1

Préparation de la sauce

- 1 Eplucher les pommes à l'aide d'un économe, garder les parures pour la sauce.
- 2 Débarrasser les pommes dans un bol, les arroser de jus de citron pour éviter qu'elles ne noircissent. Réserver.
- 3 Eplucher et ciseler l'oignon à l'aide d'un couteau éminceur.
- 4 Faire chauffer de la graisse de canard dans une marmite. Faire revenir les carcasses avec l'oignon ciselé et les parures de pomme.
- 5 La pectine contenue dans les parures de pomme va permettre à la sauce d'épaissir naturellement.
- 6 Déglacer avec le cidre, remuer à l'aide d'une cuillère en bois.
- 7 Laisser cuire pendant 2 à 3 heures à couvert.

Étape 2

Préparation du chou chinois et de la garniture

- 1 Ôter autant de feuilles de chou que de convives, plus

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la sauce

2 unité(s) entière(s)
Carcasse de gibier
2 **Oignon(s)**
1 litre(s) **Cidre brut**
1 c. à soupe **Graisse de canard**

Ingrédients pour le magret

800 g **Magret de canard**
1 **Chou(x) chinois**
200 g **Shiitake**
50 g **Oignon(s) rouge(s)**
1 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour les pommes confites

2 **Pomme(s)**
40 g **Sucre semoule**
1 c. à soupe **Huile de tournesol**

quelques unes pour la garniture.

- 2 Porter une casserole d'eau à ébullition, puis faire blanchir les feuilles de choux pendant 1 minute.
- 3 Débarrasser les feuilles de choux dans une passoire à l'aide d'une écumoire.
- 4 Emincer les feuilles de choux pour la garniture à l'aide d'un couteau éminceur.
- 5 Eplucher et émincer les oignons à l'aide d'un couteau éminceur.
- 6 Tailler les shiitakes finement à l'aide d'un couteau éminceur, en réserver pour le dressage.
- 7 Faire chauffer une poêle avec de l'huile d'olive. Faire revenir les oignons, les shiitakes et les feuilles de choux émincés.
- 8 Ôter ensuite la poêle du feu et farcir les feuilles de choux avec la garniture en repliant les feuilles sur elles-mêmes.
- 9 Réserver au chaud.

1 c. à soupe **Jus de citron**

Ingrédients pour le dressage

1 **Cerfeuil**

Étape 3

Préparation des pommes

- 1 Tailler des billes dans les pommes à l'aide d'une cuillère parisienne.
- 2 Faire chauffer une poêle avec de l'huile de tournesol, faire caraméliser les pommes avec le sucre.

Étape 4

Finition de la sauce et cuisson du magret

- 1 Tailler les magrets de canards en tranches à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Verser de l'huile de tournesol dans une poêle, déposer les magrets de canards côté graisse puis faire chauffer la poêle.
- 3 Il est important de commencer la cuisson des magrets dans une poêle à froid.
- 4 Ôter les carcasses de la marmite, passer la sauce dans un chinois.
- 5 On peut dégraisser la sauce si on le souhaite avant de la faire réduire. Pour cela, placer la sauce au réfrigérateur jusqu'à ce qu'elle fige puis ôter la graisse.
- 6 Verser la sauce dans une casserole, faire réduire jusqu'à obtention de la consistance désirée.
- 7 Laisser cuire les magrets jusqu'à obtention de la cuisson souhaitée en les arrosant continuellement à l'aide d'une cuillère à soupe.

Étape 5

Dressage

- 1 Dresser les magrets de canard dans des assiettes, répartir les pommes caramélisées harmonieusement.
- 2 Décorer les pommes avec du cerfeuil et les shiitakes émincés réservés.

Déposer les choux chinois farcis, faire une pointe de

3 Déposer les creux enfilets farcis, faire une petite sauce réduite à côté des magrets et servir aussitôt.