Yoni Saada

Canard

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

4h	1h	3h	0	665
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	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 choux chinois et de la garniture

1. Ôter autant de feuilles de choux 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.

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

1 c. à soupe **Jus de citron**
Ingrédients pour le dressage
1 **Cerfeuil**

3 Déposer les choux chinois farcis, faire une pointe de sauce réduite à côté des magrets et servir aussitôt.