

Magret de canard au miel épicé et poivre du Sichuan, galette de pommes de terre Rosti , pickles de pétales d'oignons, émincé de choux de Bruxelles à l'estragon |

Recette pour 4 personnes



Description

Magret de canard poêlé puis rôti et laqué au miel parfumé aux quatre-épices, servi avec des pommes de terre Röstli au gras de canard. Pickles de pétales d'oignons et chiffonade de choux de Bruxelles aux saveurs anisées.

Ingrédients

Magrets de canard

- 600 Gr Magret de canard
- 50 Gr Miel
- 5 Ml Quatre épices en poudre
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pickles d'oignons

- 200 Gr Oignon cipollini
- 200 Ml Eau
- 30 Gr Sucre
- 75 Ml Vinaigre blanc
- 1 Cuil. à thé Poivre mignonnette
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Rosti

- 600 Gr Pommes de terre yukon gold
- 4 Cuil. à thé Gras de canard
- 100 Gr Bacon
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Choux de Bruxelles

- 300 Gr Choux de bruxelles
- 2 Branche(s) Estragon
- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**

- Préchauffez votre **four** à **425 F°**

Mise en place

Lavez les pommes de terre, bien les frotter si nécessaire.

Épluchez les oignons Cippolini, puis coupez-les en deux sur le sens de l'équateur.

Défaites les feuilles externes abimées des choux de Bruxelles.

Effeuillez l'estragon et hachez le finement.

Magrets de canard aux épices

Dans une petite casserole, réunissez le miel et les 4 épices et faites fondre à feu doux pendant 3 minutes.

Salez et poivrez le magret. Dans une poêle à feu vif, faites saisir les magrets de canard sur le côté gras. Placez les magrets sur une plaque de cuisson et, à l'aide d'un pinceau, badigeonnez-les de laque.

Terminez la cuisson au four pendant 10 à 12 minutes pour une cuisson rosée. Laissez reposer les magrets pendant environ 5 minutes avant de les trancher.

Rostis

Dans une grande casserole d'eau froide avec du gros sel, plongez vos pommes de terre (sans les éplucher). Partez avec un feu vif, comptez environ 15 minutes suivant la grosseur des pommes de terre. Vous devez réaliser 95% de la cuisson, les égoutter et les refroidir sous l'eau froide.

Épluchez les pommes de terre, puis passez-les dans la râpe à fromage gros calibre. Maniez avec délicatesse les pommes de terre râpées et assaisonnez.

Dans une poêle chaude, faites revenir vos lardons, environ 4 minutes, puis égouttez-les de leur gras. Déposez-les sur un papier absorbant. Mélangez délicatement vos lardons avec les pommes de terre râpées.

Dans une autre poêle chaude avec de la graisse de canard, réalisez un beau tapis de pommes de terre râpée d'environ 1 cm d'épaisseur. Une fois une belle coloration atteinte, retournez le Rösti comme une crêpe. Recommencez l'opération, ajoutez un peu de gras de canard. Réservez les Röstis sur une plaque de cuisson, passez-les au four avant de les servir.

Pickles d'oignons

Faites bouillir votre eau, les grains de poivre, le sucre et le vinaigre blanc ensemble, une fois l'ébullition atteinte arrêtez le feu, immergez les demis Cippolini dans le sirop. Laissez complètement refroidir l'ensemble, conservez-les dans leur sirop. Réchauffez les oignons avant de servir (micro-ondes), défaites les moitiés d'oignons, comme des pétales.

Choux de Bruxelles

Ciselez les choux de Bruxelles finement, à l'aide d'un couteau. Dans une poêle avec de l'huile et du beurre, faites revenir votre chiffonnade de choux de Bruxelles. La cuisson devrait durer environ 4-5 minutes, gardez un peu de croquant. Assaisonnez avant de servir et ajoutez l'estragon.

Montage

Coupez des pointes dans vos galettes de Rosti. Tranchez vos magrets de canard. Dans une assiette,

placez une pointe de Rsti. Déposez dessus les tranches de magret de canard. Sur le côté, une belle cuillère à soupe de choux de Bruxelles, ici et là quelques pétales d'oignons pickles. Finalisez en arrosant du miel de cuisson du canard, que vous aurez détendu avec le jus de cuisson.

Bon appétit!