

Magret de canard aux épices, tatin de pomme au caramel d'érable, feuilles vertes

Recette pour 4

Description

Une belle dégustation de salé-sucré, des pommes fondantes et une salade verte qui vient harmoniser toutes les saveurs.

Ingrédients

Magret de canard

- 2 Unité(s) Magret de canard
- 120 Ml Miel
- 5 Ml 4 épices en poudre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Pommes tatin

- 3 Poignée(s) Pomme golden
- 0.50 Feuille(s) Pâte feuilletée
- Sel et poivre
- Huile végétale

Caramel d'érable

- 10 Ml Eau
- 10 Ml Sirop d'érable
- 100 Gr Sucre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **Four** à **375 F°**

Mise en place

Ciselez l'échalote finement pour la salade.

Épluchez les pommes. À l'aide d'une mandoline, tranchez le plus finement possible des lamelles de pomme, de manière à pouvoir les plier sans qu'elles ne cassent.

Sirop de tatin

- 100 Ml Eau
- 100 Ml Sirop d'érable
- 100 Gr Beurre clarifié
- 50 Gr Jus de citron
- 4 Gr Fleur de sel
- Sel et poivre
- Huile végétale

Salade verte

- 4 Poignée(s) Mesclun
- 1 Unité(s) Échalote française
- 5 Ml Vinaigre balsamique
- 10 Ml Huile d'olive
- Sel et poivre
- Huile végétale

Au fond des moules à tatin, placez une feuille de papier cuisson correspondant au diamètre du moule. Coulez le caramel au fond du moule (15 gr).

Piquez la pâte feuilletée à l'aide d'une fourchette, puis détaillez 4 ronds de feuilletage à la dimension de vos moules à tatin. Placez vos cercles de pâte dans le frigo durant 1h idéalement.

Préparation de la laque

Dans une petite poêle, faites chauffer le miel avec les 4 épices à feu doux pendant 5 minutes. Réservez.

Magret de canard

Salez et poivrez le magret de canard. Dans une poêle antiadhésive, faites saisir le magret de canard à feu moyen en prenant soin de commencer par le côté gras. Une fois le magret bien doré des deux côtés, déposez-le sur une plaque à cuisson. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez le magret de laque. Faites-le cuire au four pendant 6 à 8 minutes. Laissez reposer.

Le caramel tatin et le sirop

Le caramel

Placez tous les ingrédients dans une casserole dans l'ordre indiqué. Placez la casserole sur un feu vif, lorsque vous obtenez un caramel blond, versez-le dans les moules chemisés de papier cuisson. Environ 15 gr par moule de caramel.

Le sirop

Faites chauffer l'ensemble des ingrédients dans une casserole. Au moment de l'utilisation, mixez l'ensemble, pour créer une belle homogénéité.

Le tarte tatin

Le feuilletage

Cuire les fonds de pâte feuilletée sur une plaque avec du papier cuisson et placez une autre plaque dessus pour éviter qu'ils ne lèvent trop au cours de la cuisson. Four à 400°F environ 10/15 minutes. Au trois quarts de la cuisson, enlevez la plaque de dessus pour finir de les colorer sur la fin de la cuisson.

La tarte tatin

Au fond du moule et directement sur le caramel durci, chemisez le moule avec les lamelles fines de pomme, superposez-les pour former une rosace.

Assurez-vous que la première rosace chemise bien les bords du moule, continuez de remplir le moule.

À l'aide de la pointe d'un couteau, piquez votre superposition de pomme et versez dessus votre sirop d'érable (environ 20 gr).

Enfournez les tartes tatin 30 minutes à 160°C, puis 10 minutes à 150°C.

Démoulez-les sur les ronds de feuilletage cuits.

Salade verte

Dans un bol, mélangez le vinaigre balsamique avec l'huile d'olive et l'échalote ciselée. Assaisonnez de sel et de poivre, ajoutez et mélangez au moment avec la salade de mesclun.

Montage de l'assiette

Placez votre belle tarte tatin laquée sur le côté dans une assiette ronde, accotez dessus les tranches de magret.

Laquez légèrement les tranches de canard et déposez à côté la salade verte.

Bon appétit!