

# Magret de canard mariné à l'ail et romarin sur le grill, têtes de champignons de Paris, sauce BBQ Memphis

Recette pour 4 personnes

## Description

Une recette simple et efficace pour vos BBQ, accompagné d'une salade verte.

## L'astuce du chef

Il vous est possible dans la recette, d'apporter un peu de fumé dans la sauce BBQ, avec un fumé concentré, avec un Tabasco fumé aussi.

Si vous recherchez une vinaigrette allez sur notre site internet [www.ateliersetsaveurs.com](http://www.ateliersetsaveurs.com), recettes, cuisine, faites une recherche pour le mot vinaigrette.

Vous pouvez aussi, mettre les magrets sous-vide (cuisson à 56°C/133°F), il ne vous reste plus qu'à les saisir sur le grill ou dans une poêle côté peau, juste pour leur donner une belle apparence.

## Ingrédients

### Magret de canard

- 2 Unité(s) Magret de canard
- Sel et poivre
- Huile végétale

### Marinade

- 1 Tête(s) Ail
- 2 Branche(s) Romarin
- 250 Ml Huile d'olive
  
- Sel et poivre
- Huile végétale

### Sauce BBQ Memphis

- 150 Ml Eau
- 140 Gr Pâte de tomate
- 60 Gr Vinaigre de cidre
- 40 Ml Jus de citron
- 40 Gr Beurre
- 35 Gr Cassonade
- 30 Ml Sauce worcestershire
- 20 Ml Vinaigre de riz
- 2.50 Gr Piment serrano en poudre
- 1.50 Gr Poudre d'oignon
- 1 Gr Poivre noir malabar
- 1 Gr Tabasco
- 1 Gr Poudre de moutarde
  
- Sel et poivre
- Huile végétale

### Champignons grillés

- 12 Unité(s) Champignons de paris
  
- Sel et poivre
- Huile végétale

## Salade

- 4 Poignée(s) Mix de salade
- 75 Ml Vinaigrette maison
  
- Sel et poivre
- Huile végétale

## **Préparation**

- Temps de préparation **45 mins**
- Préchauffez votre **BBQ** à **400 F°**

## Mise en place

Épluchez la tête d'ail, l'hacher finement, éfeuillez le romarin, le hacher grossièrement, plongez le tout dans l'huile d'olive. Laissez massérer une bonne heure.

Assurez-vous d'avoir une vinaigrette maison pour la salade en accompagnement du magret de canard.

Lavez les têtes de champignons de Paris, à l'aide d'un linge humide.

## Magrets de canard

Dégraissez les magrets de canard, d'environ 50%, les badigeonner suffisamment de marinade d'ail et romarin.

### Cuisson

Enlevez l'excédant de marinade sur la viande à l'aide des doigts. Saisir sur le BBQ côté peau les magrets, une fois que les flammes sont trop importante, pour ne pas les brûler, déposez-les sur la partie supérieure du grill.

Une fois le grill fermé, compter environ 10 à 15 minutes, laissez un temps de repos de 10 minutes avant de les découper.

## Finitions

Après le temps de repos nécessaire, tranchez les magrets, les badigeonner de la sauce BBQ.

Déposez les tranches de magret sur le côté d'une assiette, Ajoutez les têtes de champignons et le bouquet de salade verte avec la vinaigrette maison.

## Sauce BBQ Memphis

Dans une cocotte à fond épais rassembler les différents ingrédients:

Pâte de tomate, eau, vinaigre, sauce, moutarde en poudre, piment, tabasco, poivre, oignons, cassonade, beurre et jus de citron.

Cuire à feu doux jusqu'à l'obtention d'une réduction de moitié environ 20 minutes.

## Champignons de Paris

Dans un bol, mélangez les têtes de champignons avec un filet d'huile de canola, sel et poivre.

Déposez les têtes sur le BBQ pour réalisez un beau cadrillage, ensuite les déposer sur la grille du

haut.

Attention à ne pas trop les cuire, c'est plus joli quand ils gardent un peu leur forme.

**Bon appétit!**