

Magret de canard poêlé au gingembre, escalope de foie gras, panais rôtis et noisettes torrifiées, coulis de persil |

Recette pour 4 portions

Description

Un magret de canard qui nous révèle ses saveurs hivernale, autour du gingembre, les légumes racines et des notes de noisette.

Le tout, sublimé avec une escalope de foie gras.

Ingrédients

Magrets de canard et sauce

- 2 Unité(s) Magret de canard
- 40 Gr Gingembre frais
- 100 Ml Vin blanc
- 250 Ml Fond de veau

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Garniture Panais

- 400 Gr Panais
- 50 Gr Noisettes
- 4 Branche(s) Thym

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Foie Gras et Jus de persil

- 2 Unité(s) Escalope de foie gras
- 3 Cuil. à soupe Farine
- 40 Gr Persil plat
- 1 Cuil. à soupe Beurre fondu
- 75 Ml Huile d'olive

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

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

Mise en place

Idéalement, la veille, hachez finement le gingembre frais, le mettre à mariner dans le vin blanc.

Coupez l'excédent de gras autour du magret, ensuite taillez le gras dans un sens et dans l'autre de manière à dessiner des losanges.

Dans une casserole, démarrez le fond brun, laissez-le cuire doucement (frémissement).

Torréfiez les noisettes durant 5 à 6 minutes au four, les concasser à l'aide d'une casserole.

Cuisson des Panais

Épluchez les panais, les couper en deux ou quatre sur la longueur suivant la grosseur. les réunir dans un bol, ajoutez le thym, le sel et le poivre. Arrosez le tout d'un gros filet d'huile d'olive, bien mélanger, étalez le tout sur une plaque de four, enfournez pour 35 minutes, surveillez la coloration. Retirez les feuilles de persil.

Magrets + Sauce gingembre

Magrets

Salez les magrets côté gras (cadrillage), à la fleur de sel. Ensuite, déposez-les côté gras dans une poêle froide.

Portez la poêle sur un feu très doux, au 3, 4 minutes montez la puissance du feu doucement. Au fur et à mesure, dégraissez la poêle du gras qui à fondu.

Une fois, une belle coloration obtenue, retournez les magrets sur la chair, durant 1 minute. Les réservez sur une grille ou plaque.

Suivant la grosseur, enfournez-les durant 7 à 10 minutes et sortez la lorsque le thermomètre indique 48 °C ensuite, comptez 5 à 7 minutes de repos avant de les servir.

Sauce

Une fois la viande retirée de la poêle, ajoutez le fond brun, le vin blanc et le gingembre. laissez cuire doucement avec un léger frémissement, laissez réduire pour obtenir une consistance sirupeuse.

Ajustez l'assaisonnement.

Escalopes de foie gras et Jus de persil

Foie Gras

Passez dans la farine les escalopes de foie gras congelées. Les saisir dans une poêle chaude, sur chaque face, environ 30 secondes.

Avant de servir on passera les escalopes 3 à 4 minutes au four, avant de les servir.

Jus de persil

Mixez toutes les feuilles de persil plat dans un blender avec le beurre, l'huile d'olive, le sel et le poivre. Assurez-vous de garder une belle consistance, faites en sorte que le jus ne sois pas trop liquide. (ajoutez l'huile d'olive, petit à petit).

Cela vous permettra une plus belle finition sur les assiettes.

Montage et Finition

Dans l'assiette de votre choix, déposez le morceau de magret (magret coupé en deux sur sa longueur).

Déposez dessus une demi escalope de foie gras, ajoutez une pincée de fleur de sel.

Déposez sur le côté les panais rôtis, dessus et prêt des panais, laissez tomber du jus de persil.

Autour de la viande, déposez la sauce à base de gingembre.

Bon appétit!