

Four Hydracook ou four combine vapeur
Temps de préparation : 20 minutes
Temps de cuisson : 90 min

MAGRET DE CANARD EN BASSE TEMPERATURE LAQUÉ AU GINGEMBRE

Pour 6 personnes



Panier de courses

3 Magrets de canard fermier
1 cuillère à soupe de gingembre râpé
2 cuillères à soupe de miel
2 cuillères à soupe de miel de châtaigner
1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
20 cl de fond de veau brun
1 botte de carottes fanes pelées
90g beurre demi-sel
Pousses d'agastache
Poivre sauvage de Madagascar, sel

Matériel

Mixeur plongeant
Plat universel Miele
Casserole, poêle antiadhésive

Déroulé de la recette

Préparation du velouté de carottes en cuisson vapeur :

Placer les carottes entières en cuisson combinée vapeur à 150°C pendant 35 minutes.

A la fin de la cuisson, elles doivent être fondantes.

Sortir du four, y ajouter le beurre froid et mixer le tout à l'aide d'un mixeur plongeant.

Réserver le velouté de carottes.

Cuisson des magrets de canards :

Parer¹ les magrets de leur excédent de gras latéraux et leur donner ainsi une forme d'amande.

Entailler la peau en croisillons à l'aide d'un couteau bien affuté.

Assaisonner généreusement de fleur de sel et de poivre sauvage de Madagascar fraîchement moulus.

Dans une poêle antiadhésive, à froid, placer les magret peau en bas et démarrer la cuisson à feux doux.

Faire fondre le gras ainsi pendant 8/9 min, puis dégraisser la poêle.

Placer les magrets dans un plat allant au four et enficher la sonde a cœur d'un des magrets

Glisser au four en cuisson Hydracook chaleur sole-voûte à 70°C avec 1 ajout de vapeur automatique et température à cœur de la sonde à 56°C.

Préparation de la sauce :

Dans une petite casserole faire fondre et mousser le miel avec le gingembre râpé.

Déglacer avec le vinaigre de cidre, et ajouter le fond de veau.

Porter à ébullition et réserver.

Conseils de dressage :

Sur des assiettes chaudes, déposer une cuillère de velouté de carottes et tirer un trait. Fendre les magrets en deux dans la longueur et les laquer de sauce avec un pinceau.

Déposer un demi-magret tranche vers le haut, parsemer de pousses d'agastache.