

Magrets de canard à la mandarine



Plat **Moyen**

Pour : 4 personnes

Préparation : 30 mn

Cuisson : 75 mn

Ma petite astuce pour le magret comme pour les autres viandes, c'est que j'utilise une seringue pour injecter dans la viande les arômes, ici la mandarine Impériale. Cependant, pour le magret aux framboises, j'injecte du vinaigre de framboise. Comme vin, je recommande un tavel rosé, excellent avec le magret.

Recette proposée par : David Lagille

Ingrédients

- 2 magrets de canard
- 5 mandarines
- mandarine impériale - (alcool)
- 1 gousse de vanille
- 10 cl de fond de gibier - ou brun
- beurre
- huile
- sel, poivre
- pour le flan de champignons :
- 100 g de cèpes
- 100 g de girolles
- 100 g de pieds de mouton
- 100 g de pleurotes
- 2 oeufs
- 10 cl de crème fraîche
- huile d'olive
- graines de cardamome
- ciboulette
- échalotes
- ail
- sel, poivre
- pour le flan de courgettes jaunes :
- 400 g de courgettes jaunes
- 2 oeufs
- 10 cl de crème fraîche
- huile d'olive
- basilic
- ciboulette
- échalotes
- ail
- sel
- poivre

Préparation

- 1 Flan de champignons : Coupez les champignons en lamelles et faites-les revenir dans une poêle avec de l'huile d'olive, l'ail, les échalotes, les graines de cardamome et de la ciboulette ciselée. Salez, poivrez. Pensez à garder des girolles entières pour la décoration des flans. Laissez cuire 15 minutes, puis passez le tout au mixeur, ajoutez les 10 cl de crème fraîche et les 2 oeufs. Rectifiez si nécessaire l'assaisonnement. Beurrez des ramequins et garnissez-les de la préparation aux champignons. Mettez de côté.
- 2 Flan de courgettes : Coupez les courgettes en deux, enlevez le maximum des graines et coupez-les en petits morceaux. Faites-les revenir à l'huile d'olive avec les échalotes et l'ail, puis ajoutez le basilic et la ciboulette ciselés. Laissez mijoter pendant 20 minutes. Salez, poivrez. Passez le tout au mixeur, ajoutez 10 cl de crème fraîche et les 2 oeufs. Beurrez des ramequins et mettez les courgettes dedans (vous pouvez garder des rondelles de courgettes pour tapisser les moules).
- 3 Faites cuire les flans de champignons et de courgettes au bain-marie à 180°C, 30 à 40 minutes. Plantez le couteau dedans et s'il ressort sec, c'est cuit.
- 4 Pour le magret, ma petite astuce consiste à prendre une seringue et d'injecter dans le magret de la mandarine impériale pour imprégner la chair.
- 5 Dans une poêle, déposez une noisette de beurre et de l'huile d'olive. Faites colorer le magret des deux côtés (environ 2 minutes de chaque côté en fonction de l'épaisseur du magret). Mettez une gousse de vanille fendue en deux et les quartiers de 4 mandarines dans la poêle avec le magret. Laissez légèrement caraméliser, puis mettez-les sur une assiette et réservez le magret.
- 6 Dans la poêle, versez 5 cl de mandarine Impériale, faites flamber, puis ajoutez le fond de gibier et le jus d'une mandarine que vous presserez à la main. Salez, poivrez et laissez légèrement réduire à feu doux pour que la sauce épaississe.
- 7 Coupez le magret en éventail et remettez-le dans la sauce.
- 8 Dans une assiette, mettez un flan de champignons et déposez sur le dessus les girolles et les courgettes que vous avez gardé. Posez votre magret en éventail en alternant avec un quartier de mandarine rôti. Versez la sauce dessus et dégustez. C'est un régal.

Retrouvez la recette en ligne en utilisant ce Flashcode

