

MAGRET DE CANARD ET PUNTARELLE

@chefzanoi_simone

« Une autre belle façon de cuisiner le « coin-coin » !!! Avec la belle salade de chicorée... Magnifique en cette période de l'année, un des rares légumes verts de l'hiver... Faites le plein de vitamines ».

2 personnes.

Ingrédients :

- 2 magrets de canard (350 g chacun) justes sortis du réfrigérateur.
- 50 g de beurre.
- Du sel.
- Du poivre.
- 1 pièce de puntarelle.



Pour la vinaigrette :

- 1 part de vinaigre de Calamansi (ou un autre vinaigre selon votre goût).
- 3 parts d'huile d'olive.
- 4 gousses d'une tête d'ail fumé préalablement cuite au four (emballer la tête d'ail dans du papier aluminium, avec un peu d'huile d'olive et la cuire au four à 180°C pendant 40/50 minutes environ).
- Du sel.
- Du poivre.

Préparation :

- 1/. Nettoyer les magrets de canard en retirant les petites membranes présentes côté chair.
 - 2/. Aplatir la peau des bords des magrets sur le plan de travail et retirer l'excédent de gras tout autour.
 - 3/. Inciser la peau des magrets en réalisant des croisillons sur toute la surface. Les incisions doivent se faire jusqu'à toucher la viande.
 - 4/. Saler les magrets côté peau et les mettre à cuire dans une poêle anti-adhésive, côté peau.
 - 5/. Retirer très régulièrement le gras de cuisson au fur et à mesure qu'il apparaît dans la poêle.
 - 6/. Saler légèrement les magrets côté viande et continuer la cuisson côté peau toujours en éliminant le gras de cuisson.
 - 7/. Parallèlement préparer la puntarelle en récupérant le coeur et le couper en petits morceaux. Couper également les pointes. Réserver le tout dans un bac d'eau avec des glaçons.
 - 8/. Après 8 à 10 minutes de cuisson côté peau, retourner les magrets de canard côté chair et ajouter le beurre. Cuire quelques minutes en ajoutant également du poivre. Arroser avec le beurre.
 - 9/. Débarrasser les magrets sur une grille et les laisser reposer pendant 7 à 8 minutes environ.
 - 10/. Réaliser la vinaigrette en mélangeant le vinaigre de Calamansi, l'huile d'olive, du sel et du poivre et les gousses d'ail fumé confit. Mixer le tout au mixeur plongeant.
- Astuce : conserver le reste de vinaigrette au réfrigérateur pour utiliser avec une autre recette.
- 11/. Essorer la puntarelle et la sécher dans un linge propre.
 - 12/. Réchauffer légèrement les magrets de canard au four.
 - 13/. Ajouter une belle quantité de vinaigrette à la puntarelle et mélanger avec les mains.
 - 14/. Couper les magrets de canard en fines tranches.
 - 15/. Disposer de la puntarelle sur de belles assiettes en utilisant un cercle. Ajouter ensuite une rosace de tranches de magret de canard.
 - 16/. Décorer d'une pointe de puntarelle et terminer par un trait d'huile d'olive et un peu de sel. Servir immédiatement en ajoutant éventuellement un peu de vinaigrette selon votre goût.