

1 Marché Chef Recette



Fiche recette

Magret de canard aux myrtilles
Moelleux de pommes de terre à
la Fourme de Montbrison
Etienne Place



Plat

50 min

35min

4 personnes

2 Magrets de canard

Sauce

50gr de miel

15g de porto

15g de Xérès

100g de Myrtilles

100g de jus de canard

Moelleux

500g de pommes de terre

Fourme de Montbrison

150g de beurre

10g d'huile d'olive

80g de crème

1 jaune d'oeuf

1 oeuf

1 echalotte ciselé

Ail ,ciboulette

Sel et poivre

Pour le magret

- Quadriller le côté gras du magret en incisant au couteau
- Saler et poivrer les 2 faces du magret
- Saisir quelques minutes côté peau à feu vif, retourner côté chair quelques instants et couper le feu
- Laisser à couvert pour arriver à l'appoint de cuisson souhaité (56° à coeur)
- Couper en 2 à l'envoi

Pour la sauce

- Porter à ébullition le miel, le vinaigre et le porto, réduire d'un quart
- Ajouter les myrtilles et le jus de canard puis cuire 10 min à feu doux

Pour le moelleux

- Cuire la pomme de terre avec la peau
- Eplucher, écraser à la fourchette et incorporer le reste des ingrédients à la fourchette
- Mouler dans des ramequins 125cc, cuire au four à 180° durant 18 min environ
- A la sortie du four, enfoncer les dés de Fourme de Montbrison dans les moelleux

Bonne dégustation !



CUISINIER-TRAITEUR LE CARRÉ DES LYS
43 rue laplatte - 42600 MONTBRISON
04 77 58 16 08