FICHE RECETTE

Mise à jour : 23/04/2024

Wok de canard et ses légumes sauce satay

Ingrédients (pour 10 personnes)

Quantité	Libellé produit	Réf
100 g	Cacahuètes blanches grillées salées sous-vide en sachet 1 kg KREEK'S	0043481
100 g	Carottes rapées en boîte 5/1 BONDUELLE	0043252
50 g	Champignon noir séché en boîte 500 g	0043256
20 g	Graines de sésame en sachet 1 kg CARAVELLE	0160618
3 centilitres	Huile de sésame grillé en bouteille 1 L GOLDEN TURTLE CHEF	0190351
5 pièces	Magret de canard	~
80 g	Purée de gingembre en pot 750 g KNORR PROFESSIONAL	0089993
250 g	Nouilles aux œufs en sachet 250 g SUZI WAN	0044775
PM	Poivre blanc moulu en sachet 1 kg LA CASE AUX EPICES	0001995
100 g	Pousse de bambou en tranche en boîte 3/4 JUANITO	0014179
100 g	Pousses de haricot mungo en boîte 3/1	0043445
200 g	Sauce Satay	~
5 centilitres	Sauce soja en bouteille 1 L KIKKOMAN	0059106
PM	Sel de mer fin en sachet 1 kg LA TABLEE	0025254

Étapes de préparation

1. Dégraisser et émincer les magrets de canard.

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur.
Photo non contractuelle - suggestion de présentation

2. Mettre les champignons à réhydrater dans un grand volume d'eau tiède, les émincer finement et réserver au frais.
3. Egoutter les légumes et les réserver au frais.
4. Délayer la sauce satay avec de l'eau tiède, un peu de sauce soja et d'huile de sésame.
5. Mettre à mariner la viande de canard avec la purée de gingembre. Séparement faire de même avec les légumes et la sauce satay pendant quelques heures.
6. Torréfier les graines de sésame et concasser les cacahuètes.
7. Dans un grand volume d'eau bouillante, cuire les nouilles chinoise et les refroidir rapidement.
8. Dans un wok chaud avec de l'huile de sésame, faire sauter les légumes, ajouter l'émincé de canard en mélangeant bien les éléments. Déposer les nouilles chinoise et verser le reste de la sauce satay. Laisser bouillir deux à trois minutes. Ajouter les cacahuètes et les graines de sésame torréfiées. Servir bien chaud.

Le bon accord vin

Pour accompagner votre recette, nous vous proposons un Côtes du Rhône vin rouge AOP en bouteille 75 cl LOUIS JOUBIER

Ces spécifications sont données dans un souci d'information et peuvent être modifiées en fonction de contraintes techniques et/ou réglementaires, selon les informations fournies par le fournisseur.
Photo non contractuelle - suggestion de présentation