

Magret de canard farci au foie gras, asperges gratinées au vieux parmesan



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couverts

Référence	Ingrédients	Quantité
196844	Magret de canard MF 350/400 g Rougié	170 Gramme
222241	Foie gras de canard cru extra restauration déveiné 500/700 g FGF Rougié	30 Gramme
66591	Asperges vertes 1 kg	130 Gramme
	Courgette	10 Gramme
	Parmesan	10 Gramme
	Chips de pomme fruit	20 Gramme
	Branche de persil plat	1 Pièce
	Jus de canard corsé	0.05 Litre
	Sel, poivre	PM

Etapes de préparation

- 1 Cuire les asperges en fagot de façon traditionnelle. En sortie de cuisson, stopper en passant en cellule de refroidissement.
- 2 Tailler et pocher des tagliatelles de courgettes, puis les entourer autour des fagots d'asperges.
- 3 Déposer les asperges sur une plaque à pâtisserie, puis les saupoudrer de parmesan.
- 4 Passer au four à chaleur sèche, jusqu'à légère coloration. Assaisonner et réserver.
- 5 Couper en deux dans la longueur les magrets de canard, puis les embosser avec le foie gras cru taillé en fine baguette.
- 6 Cuire les magrets de canard de façon traditionnelle, finition au four à chaleur sèche. En sortie de cuisson, assaisonner et réserver.
- 7 Dressage CF photo. En finition : jus de canard corsé, pluche de persil plat et chips de pomme fruit.

Magret de canard farci au foie gras, asperges gratinées au vieux parmesan

Si le magret est surgelé, il est important de démarrer la cuisson sur la viande, à l'inverse d'un produit frais (pour éviter la perte de jus et de goût). Un temps de repos après cuisson est important pour ne pas perdre de jus au tranchage.

Jean-Marc Cluzeau, conseiller culinaire PassionFroid