Mmmmh!

Magret de canard basse température, réduction de porto à l'anis étoilé, purée de patates douces et poêlée de shi-takés

Ingrédients

4 magrets de canard
2-4 càc de mélange d'épices « Route de la Soie »
Fleur de Sel
4 anis étoilé
2 gousses de vanille
70 cl de Porto
2 càs de sauce soja
Gomme de Xanthane (facultatif)
Poivre noir du moulin
Sel
400 g de patates douces
200 g de pommes de terre Bintje
20 g de gingembre frais
20 cl de crème liquide entière
Huile d'olive
600 g de champignons shi-také
1 gousse d'ail

Personnes: 10

Temps de cuisson: 60 min.

Temps de préparation: 30 min.

Instructions

Pour les magrets de canard :

Entailler la peau des magrets en petits losanges. Masser la peau à la fleur de sel et aux épices.

Saisir les magrets sur une poêle très chaude pendant une minute de chaque côté puis enfourner la viande et la cuire pendant 45 min à 80°C. (t° à Coeur 60°C rosé / 66°C bien cuit)

Pour la sauce :

Chauffer le Porto avec les gousses de vanille fendues et deux pièces d'anis étoilé. Faire réduire au tiers, ajouter la sauce soja et épaissir à la gomme xantane si nécessaire.

Pour la purée de patates douces :

Éplucher les pommes de terre et les patates douces, les couper grossièrement puis les laver. Cuire, dans une eau bouillante salée pendant 20 minutes.

Envie de partager votre expérience sur les réseaux sociaux ? #MMMMHBXL #LESSECRETSDUCHEF

Envie de réserver votre prochain cours, d'acheter les ingrédients ou les ustensiles ?

www.lessecretsduchef.be

Éplucher le gingembre et le râper.

Égoutter les patates douces et les pommes de terre lorsqu'elles sont cuites (vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau). Les remettre ensuite dans la casserole, ajouter la crème et le gingembre puis écraser le tout à l'aide d'un presse-purée. Rectifier l'assaisonnement. Réserver au chaud.

Pour la poêlée de shi-také :

Enlever les pieds, émincer les shi-takés et les faire revenir à feu vif à la poêle avec une gousse d'ail écrasée. Les champignons doivent être légèrement caramélisés. Saler et poivrer.

Pour la présentation finale :

Faire un trait de sauce bien épaisse et déposer les tranches de magret dessus, ajouter les shi-také et quelques cristaux de fleur de sel.