

LES RECETTES DES CHEFS

SAUTÉ DE CANARD SAUCE AU BANYULS, MOUSSELINE PATATE DOUCE & LENTILLES CORAIL, CHOU ROMANESCO AU BEURRE D'ÉCHALOTES

PAR ERIC VOINOT
DU RESTAURANT MAISON VIONOT À REZAY

Ingrédients pour 6 personnes

Sauté de canard

- 1kg de canard (filet et cuisse)
- 100g d'échalotes émincées
- 50g de carottes
- 30g de céleri branche
- 50cl de Banyuls
- 3cl de vinaigre de banyuls
- 30g de sucre
- 5cl d'eau
- 20g de farine de blé
- Bouquet garni (laurier thym)
- Sel poivre

Sauté de canard

Couper les filets et les cuisses en morceaux de 5 cm environ.

Dans un Rondeau, saisir la viande jusqu'à obtenir une coloration, singer avec la farine puis torrifier à four vif (180°C) pendant 10 minutes, puis réserver.

Réaliser un sirop avec l'eau et le sucre, ajouter les échalotes puis le vinaigre afin de d'obtenir une gastrique.

Incorporer les morceaux canard, le banyuls puis le bouquet garni.

Laisser mijoter à feu doux et à couvert pendant environ 40 min.

Rectifier l'assaisonnement.

Mousseline

Éplucher et couper en morceaux les patates douces puis cuire dans de l'eau avec le sel. Rincer abondamment les lentilles corail afin d'éliminer l'acide. Cuire les lentilles avec un oignons et du sel. Une fois cuites, à l'aide d'un mixeur, mélanger 2/3 de patates douces et 1/3 de lentilles corail avec de la crème liquide 30% et du beurre.

Rectifier l'assaisonnement puis réservez.

Chou romanesco

Cuire les choux romanesco dans l'eau bouillante salée environ 10 minutes.

Refroidir rapidement dans un bain d'eau glacée afin de préserver la couleur.

Avant de servir, badigeonner de beurre d'échalotes et réchauffer au four ou à la poêle

- Fond de veau (facultatif)

Mousseline

- 500g de patates douces
- 150g de lentilles corail
- 5cl de crème liquide 30%
- 40g de beurre doux
- Sel et poivre

Chou romanesco

- 1 chou romanesco
- 1 échalote
- 50g de beurre

