

Binôme gourmand

Canard gras



Foie gras au torchon

- ◆ 1 foie gras de canard de 600g environ
- ◆ 15g de sel/kg
- ◆ 10g de poivre/kg

Déveiner, saler et poivrer le foie en le tapotant pour bien faire adhérer sel et poivre.

Emballer dans un film alimentaire comme un saucisson en prenant soin de bien chasser l'air, bien serrer et nouer de chaque côté comme un bonbon.

Recommencer l'opération de façon identique mais en mettant le film dans l'autre sens (ça renforce l'étanchéité).

Emballer une dernière fois dans du papier alu.

Porter à ébullition une marmite d'eau (pas besoin de faire un bouillon, le liquide ne doit pas pénétrer), y déposer le foie attendre la reprise de l'ébullition et retirer la marmite du feu.

Y laisser le foie jusqu'à complet refroidissement de l'eau.

Retirer et mettre au frais pour 24 à 48 heures ou le congeler.

On peut si on veut faire macérer le foie dans un alcool. Pour ma part, le foie gras c'est nature ou ça n'est pas.

Foie gras en terrine

- ◆ 2 foies gras de canard de 500g
- ◆ 15g/kg de sel
- ◆ 10g/kg de poivre

Séparer les lobes et déveiner.

Faire dégorger les foies dans une grande quantité d'eau froide avec des glaçons pendant 2 heures (ou dans de l'eau salée).

Eponger les foies.

Mélanger sel et poivre et y rouler les lobes, les disposer dans la terrine.

Appuyer bien fort pour tasser les foies.

Couvrir d'un papier alu ou sulfurisé.

Faire cuire 45 minutes au bain-marie dans un four préchauffé à 100°.

Sortir la terrine du four, laisser un peu refroidir, récupérer la graisse, la filtrer et la réserver.

Mettre un poids sur le foie (pas trop lourd) et mettre au frigo pour 4 heures.

Verser dessus la graisse de cuisson tiède et remettre au frais pour 3 à 5 jours (pas moins).

On peut faire macérer les foies dans de l'armagnac, du muscat, du porto...

On peut mettre au milieu des morceaux de figues, de poire...

Binôme gourmand

Magrets séchés

- ◇ 1 magret de canard
- ◇ sel et poivre
- ◇ gros sel

Mettre une couche de gros sel dans une terrine, y déposer le magret et recouvrir complètement de gros sel, on ne doit plus voir le magret, bien tasser.

Couvrir et déposer la terrine dans l'endroit le moins froid du frigo pour trois jours.

Au bout de trois jours, essuyer le magret comme il faut, le saler, le poivrer et l'envelopper bien serré dans un torchon.

Le remettre au frigo pour 9 ou 12 jours en fonction du degré de séchage que l'on veut

Confit de canard

- ◇ cuisses
- ◇ ailes
- ◇ gésier
- ◇ ailes auxquelles on a enlevé l'extrémité
- ◇ la graisse du canard

Saler et poivrer les cuisses, les appliquer les deux faces l'une contre l'autre côté chair et les déposer dans une marmite, bien serrées les unes contre les autres.

Ajouter quelques gousses d'ail et un bouquet garni

Verser la graisse de canard de façon à ce qu'elle recouvre les cuisses entièrement.

Poser sur feu vif et à l'ébullition mettre la cocotte dans le four à 160° pendant 45/60 minutes.

On peut aussi laisser sur petit feu.

Veiller à ce que les cuisses ne dorent pas et que la graisse les recouvre bien.

Mettre les cuisses dans un grand bocal ou mieux une jarre en terre et les recouvrir avec la graisse, laisser refroidir.

Filter la graisse, la mettre en bocaux. On l'utilisera plus tard pour faire des pommes de terre à la Sarladaise, du cassoulet....que des plats basse calories, en fait lol!!!!

Binôme gourmand

Bouillon de canard

Voilà, nous avons utilisé toutes les parties du canards et il nous reste la carcasse. Pas question de la donner au chien, ou alors plus tard. Nous allons faire du bouillon avec.

- ◆ La carcasse du canard
- ◆ L'extrémité des ailerons
- ◆ 1 grosse carotte
- ◆ 1 gros poireau
- ◆ 1 oignon
- ◆ 1 navet
- ◆ 3 gousses d'ail
- ◆ 1 bouquet garni : thym, laurier...
- ◆ du poivre en grains
- ◆ du gros sel

Peler les légumes, les émincer. Laisser l'oignon entier ainsi que les gousses d'ail. Si les légumes viennent de votre jardin et ne sont pas traités, ne les pelez pas.

Mettre le tout dans une grande marmite avec la carcasse, le sel, le poivre et le bouquet garni.

Ajouter l'eau qui doit arriver bien au dessus des légumes. Laisser bouillir à petit feu pendant une petite heure.

Une fois terminé laisser refroidir.

Si vous n'utilisez pas le bouillon de suite, vous pouvez faire comme moi, le transvaser dans des bouteilles d'eau minérale de 1/2 litre que vous mettrez au congélateur. Vous aurez ainsi une petite réserve de bouillon bien meilleur que les cubes. Je fais de la même façon du bouillon de légumes.

Cou de canard farci au foie gras

- ◆ 1 peau de cou de canard
- ◆ la viande de canard qui reste attachée à la carcasse
- ◆ 1 oeuf
- ◆ 1cs de chapelure fine
- ◆ sel et poivre
- ◆ 1cs de crème fraîche
- ◆ foie gras (j'ai utilisé les petits morceaux qui restaient quand j'ai fait le foie au torchon)



Rincer et sécher la peau du cou du canard.

Détacher la viande de canard que l'on a récupérée de la carcasse utilisée pour le bouillon.

Couper, très fin, la viande de canard avec un couteau (ne pas la hacher).

Ajouter les morceaux de foie gras, l'oeuf, la chapelure, sel et poivre, crème fraîche, amalgamer le tout.

Coudre le côté le plus étroit de la peau (ce sera plus facile de farcir par le côté le plus large), farcir et coudre.

La peau du cou a un côté étroit et un côté large, on peut en le coupant longitudinalement et en le cousant faire une « chaussette » régulière. Pour ma part, je le laisse tel quel, il n'a plus tout à fait l'allure d'un cou mais ce n'est pas grave.

L'empaqueter bien serré dans du papier film maintenu à l'aide d'élastiques alimentaires ou de fil.

Faire cuire à tout petit feu 30 à 40 minutes dans un bouillon (recette ci-après).

Le sortir du bouillon et le laisser refroidir complètement puis le mettre au réfrigérateur. Le découper en tranches. A servir en entrées voire en amuse bouche sur des toast de pain de campagne.