

DFM 930 CHAUD DEVANT 2018

« Les Bons Petits Plats de Francette »

Terrine de Canard Confit et Chou Vert, Vinaigrette aux Noix

Préparation : 45min, Repos : 8h, Cuisson : 30min, Pour 4 à 6 personnes

Il vous Faut : 4 Cuisses de canard confit, 2 oignons moyens, 4 grandes feuilles de chou vert, 30g de beurre, 1 cuillère à soupe rase de sucre roux, sel, poivre.

Pour la vinaigrette : 8 morceaux de cerneaux de noix, 1 cuillère à café de miel liquide, 2 cuillères à soupe de vinaigre de vin.

Ustensiles : 1 terrine de 15 x 8cm + planchette (ou carton épais) de la taille intérieure de la terrine, Film alimentaire.

Réalisation de cette Recette :

Epluchez et émincez les oignons. Faites-les fondre 10min dans une casserole avec le beurre sur feu moyen, salez et poivrez. Ajoutez le sucre et faites cuire encore 10min sur feu doux jusqu'à ce que les oignons soient légèrement caramélisés.

Faites chauffer les cuisses de canard sur feu doux dans leur graisse, dans une casserole ou une poêle. Retirez leur peau, désossez les cuisses, hachez grossièrement la chair, mélangez-la avec 4 cuillère à soupe de graisse.

Plongez les feuilles de chou 5min dans une grande casserole d'eau bouillante salée. Egouttez-les et plongez-les dans l'eau froide.

Chemisez une petite terrine de 15 x 8cm environ avec du film alimentaire. Chemisez-la ensuite avec les feuilles de chou en les faisant déborder sur les côtés.

Étalez la moitié de la chair de canard confit dans le fond de la terrine, répartissez les oignons confits dessus puis étalez le reste de canard confit. Rabattez les feuilles de chou sur le dessus, pressez légèrement avec le dos d'une grande cuillère.

Placez dessus une planchette de la taille intérieure de la terrine préalablement enveloppée de film alimentaire puis posez un poids dessus, Placez la terrine 8h au réfrigérateur.

Préparez la vinaigrette. Faites tiédir le vinaigre dans une casserole avec le miel, du sel et du poivre. Hors du feu, ajoutez l'huile en fouettant puis ajoutez les noix hachées.

Au moment de servir, démoulez délicatement la terrine, coupez-la en tranche. Servez la terrine avec la vinaigrette tiède et des tranches de pain toastées.