

"Tartare" de canard et canard

<http://familyscook.canalblog.com/archives/2012/10/02/25219574.html>

October 6, 2012

mardi 2 octobre 2012

Pour ce tartare pas de crainte, le canard n'est pas cru. J'ai trouvé l'inspiration dans un magazine de cuisine et j'ai adapté la recette à ma "sauce". Une recette simple et très gouteuse pour une entrée froide "so chic".

Ingrédients pour 3 gourmets :

Magret de canard : 1 (300gr)

Magret fumé : 80 gr

Courgette : 2

Echalote : 1

Huile d'olive

Vinaigre balsamique

Sel poivre

Oter la peau du magret, le couper en tranches épaisses. Les faire griller dans une poêle antiadhésive. Le canard doit rester rosé. Laisser refroidir. Couper une petite échalote et une demi courgette en petits dés.

Couper les tranches de magret en petits morceaux, faire de même avec le magret fumé. Mélanger les 2 canards, 1 cuil. à soupe d'échalote coupée, 2 cuil. à soupe de courgettes coupées. Saler, poivrer, ajouter 2 cuil. à soupe d'huile d'olive et 1/2 cuil. à soupe de vinaigre balsamique. Bien mélanger.

Râper le reste de courgette. Faire une vinaigrette (huile d'olive + vinaigre balsamique), ajouter les courgettes râpées, saler poivrer et mélanger.

Dresser l'assiette suivant votre inspiration (tartare et salade de courgette), déguster froid.



