



Le parmentier de canard

Recette pour 4 personnes. Préparation : 10 minutes. Cuisson : 15 minutes.

Ingrédients

Patates douces : 800 g
Huile d'olive : 10 cl (2 cl + 8 cl)
Cuisses de canard confites : 2 ou 3
Miel : 2 c.à s.
Moutarde au miel (*Picard*) : 2 c.à s.
Crème liquide : 10 cl
Echalotes : 2
Lait : 5 cl
Eau minérale : 5 cl
Sel, poivre

Matériel

une sauteuse + couvercle
une cocotte-minute
une jatte
un presse-purée
un verre doseur
une balance ménagère
une cuillère en bois



Réalisation > la préparation

1. Peler les patates douces et les couper en gros tronçons.
2. Les placer dans la cocotte-minute et faire cuire après ébullition durant 15 minutes.

Réalisation > le canard

3. Dans la sauteuse, faire chauffer un petit peu d'huile d'olive (2 cl).
4. Emietter la chair des cuisses de canard confites et les faire revenir avec le miel, la moutarde au miel, la crème liquide et les échalotes dans la sauteuse. Bien mélanger. Couvrir le tout et laisser mijoter sur feu doux en remuant de temps en temps.

Réalisation > la purée de patates douces

5. Quand les patates douces sont cuites, les écraser au presse-purée avec le reste d'huile d'olive (8 cl), l'eau et le lait. Poivrer mais saler à peine.
- surtout ne pas utiliser le mixer pour les purées de pommes de terre ou de patates douces : cela a tendance à rendre la purée toute collante ! -
6. Quand les 2 préparations sont cuites, dresser le parmentier dans des assiettes à l'aide d'emporte-pièces ronds de large diamètre en commençant par la chair de canard au miel et à la moutarde et en nappant de purée de patates douces. Servir aussitôt.

Pure gourmandise

La gourmandise est un joli défaut.

www.PureGourmandise.com