



Magret de canard laqué au genièvre, accompagné d'un risotto à la betterave et d'houmous à la framboise



Préparation du magret de canard

Retirer les tendons des magrets de canard et les points de naissance des plumes à l'aide d'une pince. Quadriller le côté gras à l'aide d'un couteau. Cuire les magrets sous vide avec 3 cs de marinade. Passer le tout à la vapeur à 64 °C pendant 22 minutes. Retirer ensuite les magrets de leur sachet, les tamponner avec du papier cuisine, puis les faire revenir dans une poêle antiadhésive, côté peau, jusqu'à ce qu'ils soient dorés et croustillants. Retourner les magrets, les faire dorer rapidement de l'autre côté.

Rezept für 4

Ingrédients pour le magret de canard

2 magrets de canard

Ingrédients pour la marinade

1 cs de xérès
2 cc de sel
3 cs de sucre
2 cs de sauce soja
½ cc de baies de genièvre
moulues

Ingrédients pour le risotto à la betterave

2 cs d'huile d'olive
1 échalote coupée en
petits dés
150 g de riz pour risotto
1 betterave rouge
4 baies de genièvre
1 feuille de laurier
100 ml de vin blanc
400 ml de bouillon de
légumes
50 ml de jus de betterave
rouge
40 g de beurre
Sel et poivre



Préparation de la marinade

Bien mélanger tous les ingrédients. Le reste de marinade peut être conservé au réfrigérateur pour une prochaine utilisation.

Préparation du risotto à la betterave

Découper la betterave en bâtonnets de la taille d'un grain de riz. Faire revenir l'échalote dans de l'huile, ajouter le riz et les épices, faire revenir le tout. Déglacer avec le vin et laisser mijoter. Ajouter les bâtonnets de betterave rouge. Recouvrir de bouillon et laisser mijoter en remuant. Verser régulièrement un peu de bouillon et de jus de betterave rouge au fil de la cuisson, jusqu'à ce que le risotto soit al dente. Lier avec du beurre, saler et poivrer. Retirer les baies de genièvre et la feuille de laurier avant de servir.

Préparation de l'houmous à la framboise

Mixer tous les ingrédients, assaisonner le tout. Verser l'houmous dans une poche à douille.

Préparation des pickels de betterave

Mélanger tous les ingrédients sauf la betterave, faire bouillir. Laisser reposer 10 minutes. Découper la betterave épluchée en très fines tranches, à l'aide d'une mandoline. Filtrer le bouillon, le verser sur les tranches de betterave.

Anrichten

Présentation

Avant de servir, disposer un peu de risotto à la betterave sur chaque assiette, puis décorer avec de l'houmous à la framboise en exerçant 2 à 3 pressions sur la poche à douille. Trancher le magret de canard, disposer 2 tranches par assiette. Garnir de pickels de betterave.

Réglage de cuisson pour le magret de canard

Avec préchauffage

22 minutes | vapeur 64 °C

Ingrédients pour l'houmous à la framboise

1 cs de jus de betterave
2 cs de sésame pilé au mortier
100 g de pois chiches cuits
30 g de framboises
6 cs de jus de citron
5 cs d'huile d'olive
1 pincée de sucre
1 pincée de piment en poudre
1 pincée de baies de genièvre moulues

Ingrédients pour les pickels de betterave

100 ml de vinaigre de pomme
70 ml d'eau
40 g de sucre
5 g de sel
1 cs de baies de genièvre
2 cs de fleurs d'hibiscus
1 cc de gingembre pelé et haché
1 filet d'écorce de citron
1 cc de grains de poivre blanc
1 betterave épluchée