

Magret grillé, navet à la gentiane et purée de kumquats



adapté des "poitrines de caneton de Challans, navet à la gentiane et purée de kumquat" par Nicolas le Bec, pris dans le Thuriès de nov 07

Pour 4 personnes

2 magrets de canard

2 navets longs (*j'en ai mis 3*)

60g beurre doux

QS huile de tournesol, miel, graines de coriandre, sel, poivre, vert de cébette (*remplacé par oignons verts*), curcuma, gros sel.

50g miel

100g kumquat (*j'en ai mis 500g*)

60g sucre (*donc 5x60=300g sucre pour 500g kumquats*)

1 ccafé gros sel (*donc 5 ccafé pour 500g kumquats*)

1 oignon

3 étoiles de badiane

100g eau de vie de gentiane (*j'ai utilisé un apéritif appelé "gentiane"*)

300g fond de canard (*fond de veau reconstitué pour moi*)

1 écorce d'orange (*j'ai mis une longue bande d'écorce d'orange, partie orange et partie blanche*)

3 feuilles de laurier

Prévoir 1h30 à 2h... On peut préparer à l'avance... et réchauffer au moment!

Éplucher, tailler les navets en cylindres, les suer avec le beurre doux, 1 ccafé de curcuma, 1 ccafé de miel, sel, poivre, cuire à feu doux et à couvert, ajouter un peu d'eau si nécessaire pour confire les navets sans coloration; à mi cuisson ajouter des graines de coriandre.

Blanchir les kumquats (départ à l'eau froide) pendant 20 secondes environ. Egoutter. Suer à feu doux avec le sucre et le gros sel puis couvrir à hauteur avec de l'eau et laisser finir de confire environ 45 minutes. Égoutter en réservant le sirop de cuisson. Mixer en détendant avec le sirop de cuisson. *J'ai conservé quelques kumquats entières pour la déco.*

Préchauffer le four à 190°C.

Saler et poivrer les magrets, les cuire dans une sauteuse avec très peu d'huile de tournesol côté peau dessous, vider le gras rendu. Tourner côté chair dessous, laisser juste le temps de





caraméliser, remettre côté peau dessous et enfourner à 190°C 10 minutes puis laisser reposer 15 minutes.

Pendant ce temps, éplucher, tailler l'oignon en brunoise, le suer dans une sauteuse avec une noix de beurre. Ajouter la badiane et le miel restant. Déglacer à la gentiane, ajouter le fond de veau, l'écorce d'orange et le laurier. Réduire aux 3/4 à feu moyen, passer, assaisonner.

Couper les magrets en bouchées épaisses. Les réchauffer juste ce qu'il faut dans la sauce.

Verser un peu de sauce au fond d'une assiette, déposer des morceaux de magrets dessus, et disposer les navets et la purée de kumquats. Décorer avec des oignons verts et des kumquats entières ou ce qu'on voudra!

Ne pas oublier de poivrer chaque assiette!



Lacath, <http://lacath.canalblog.com>