



## **Cuisses confites en Navarin**

### **Ingrédients pour 4 personnes:**

4 grosses cuisses de canard confites  
50g de graisse de canard  
12 jeunes carottes fane  
12 jeunes navets  
12 petites pommes de terre nouvelles  
300 g de haricots verts  
0.5 Brocolis  
0.5 Botte d'asperge verte  
1 oignon  
2 gousses d'ail non épluchées  
1 bouquet garni  
1/4 de litre de bouillon, ou 1 cube de bouillon de volaille sel, poivre du moulin

### **Préparation.**

Dans une cocotte, faites rissoler à la graisse de canard les morceaux de canard.  
Aussitôt dorés, retirez-les de la cocotte, réservez-les.  
Jetez l'excès de graisse.  
Déglacez la cocotte avec 2 cuillères à soupe de bouillon et ajoutez les oignons émincés.  
Remettez le canard et recouvrez de bouillon chaud.  
Ajoutez l'ail, le bouquet garni, sel et poivre.  
Couvrez et laissez mijoter 20 minutes.  
Épluchez les carottes et les navets, tournez les si nécessaire, faites-les blanchir à l'eau bouillante salée.  
Egouttez, ajoutez-les au canard, ainsi que les haricots verts et les petites pommes de terre.  
Laissez cuire encore 30 à 35 minutes  
Lier légèrement la sauce.



## **FILET DE CANARD AUX BAIES DE SUREAU ET PHYSALIS SALSIFIS SAUTES ET POMMES DAUPHINES**

### **Ingrédients pour 4 personnes**

2 magrets de canard  
80 ml Sirop d'érable  
60 ml Vinaigre cidre  
160 ml Eau  
150 g physalis  
100 g Baies de sureau ou Confiture de myrtilles  
80 ml Huile végétale  
60 ml Mirepoix (céleri, carotte, oignon)  
180 ml Fond brun de canard  
80 g Beurre doux  
250 g de salsifis  
Sel et poivre  
12 Pommes dauphines (beurre, farine, œufs, pommes de terre)

### **Préparation :**

Faire un aigre doux afin de réduire l'acidité des baies de sureau: mettre dans une casserole le sirop d'érable, le vinaigre d'érable et 80 ml d'eau. Cuire jusqu'à caramélisation. Arrêter immédiatement la cuisson en versant prudemment 3 c. à soupe d'eau froide, puis ajouter les physalis et les baies de sureau, laisser macérer.  
Saler et poivrer la viande, chauffer l'huile et la saisir.  
Réduire ce fond de canard de moitié, égoutter les physalis ainsi que les baies de sureau.  
Ajouter graduellement l'aigre doux au fond, goûter régulièrement pour arriver à un équilibre de goût: à la fois acide et sucré.  
Nettoyer les salsifis  
Faire des lamelles pour la déco (chips)  
Couper les salsifis en tronçon et les cuire à l'anglaise.  
Chauffer le beurre, puis faire sauter les salsifis saler et poivrer. Quelques minutes avant de servir, ajouter à la sauce.



## **Aiguillette de canard croustillante aux poireaux sauce au foie gras**

### Ingrédients pour 4 personne

- 12 aiguillettes
- 12 feuilles de brick
- 150 gr de poireaux
- 25 gr de beurre
- 5 cl de crème liquide
- 15 gr de graisse de canard
- 15 gr de carottes et oignons coupées en cubes
- 25 gr de foie gras mi-cuit ou crue
- 1 œuf entier
- Sel
- Poivre du moulin
- Muscade
- Quelques os de canard

### Préparation

- Réaliser une fondue de poireau : Suer les poireaux ciselés avec le beurre avec du sel et une pincée de noix de muscade. Cuire la fondue de poireau 30 minutes. Crémer en milieu de cuisson avec de la crème liquide. Refroidir.

Faire sauter les aiguillettes préalablement dénervées

- Réaliser le jus foie gras : Concasser des carcasses de canard en retirant les abats et les faire colorer avec un peu de graisse de canard. Ajouter un peu de garniture aromatique et laisser suer. Couvrir avec un peu d'eau et laisser cuire très doucement pendant 40 minutes environ. Passer au chinois et rectifier l'assaisonnement. Ajouter le foie gras et mixer.

- Garnir les feuilles de brick avec les aiguillettes et la fondue de poireaux. Doubler la feuille de brick pour éviter qu'elle ne perse. Dorer à la dorure œuf entier et sel.

- Cuire au four à 180°C pendant 5 minutes.

- Servir les pigeonneaux en croûtes aussitôt et accompagner de la sauce et de quelques légumes de saison !

*L'arbre aux mille saveurs – Traiteur Moerman*

*Rue de l'école, 1 B-5170 Arbre*

Tél : 0474/89.29.45 ou 081/47.01.07 – mail : [traiteur@arbreauxmillesaveurs.be](mailto:traiteur@arbreauxmillesaveurs.be)

Compte Dexia : 068-2479892-17 N°TVA : BE 890.676.566

[www.arbreauxmillesaveurs.be](http://www.arbreauxmillesaveurs.be)



## Salade de gésier et magret fumé à la vanille

### Ingrédients pour 4 personnes

8	Gésiers confits
16	Magret fumé
3	artichaut
1 dl	fond de volaille
1 dl	vin blanc
0,25	lola
0,25	feuille de chêne
10 cl	huile d'olive
10 cl	huile de noix
7 cl	vinaigre balsamique
1	gousse de vanille
2 tranches	pain ciboulette

### Préparation

Préparer la vinaigrette :

Faire chauffer l'huile d'olive et y faire infuser la gousse de vanille ouverte en deux.

Réaliser la vinaigrette avec le reste des ingrédients.

Tourner les artichauts, détailler les cœurs en mirepoix, les poêler au beurre, mouiller au vin blanc et fon de volaille. Laisser cuir jusqu'à ce qu'ils soient bien tendre.

Nettoyer les salades.

Réaliser quelques croûtons.

Faire sauter les gésiers

Dresser sur assiette.

*L'arbre aux mille saveurs – Traiteur Moerman*

*Rue de l'école, 1 B-5170 Arbre*

Tél : 0474/89.29.45 ou 081/47.01.07 – mail : [traiteur@arbreauxmillesaveurs.be](mailto:traiteur@arbreauxmillesaveurs.be)

Compte Dexia : 068-2479892-17 N°TVA : BE 890.676.566

[www.arbreauxmillesaveurs.be](http://www.arbreauxmillesaveurs.be)



## **Foie gras poêlé aux pommes en croute de pain d'épice**

### **Ingrédients pour 4 personnes :**

4 belles escalopes de foie gras  
2 tranches de pain d'épice  
1 pomme  
2càs de vinaigre balsamique  
1 càs de sucre  
¼ de magret fumé

### **Préparation**

Salez et poivrez les escalopes.  
Roulez dans la farine et enlevez l'excédent.  
Passez dans l'œuf battu.  
Roulez dans la chapelure de pain d'épice.  
Couper les pommes en rondelles  
Couper le magret fumé en brunoise (petits cubes de 0.5cm)  
Faire fondre un peu de graisse de canard dans une sauteuse, faire sauter les pommes et le magret, ajouter une cuillère à soupe de sucre pour caraméliser légèrement.  
Poêlez 5 minutes de chaque côté sur feu vif.  
Dégraisser la poêle et déglacer au vinaigre balsamique.  
Dresser et garnir avec une petite branche de romarin pour la déco.