

Poitrine de canard croustillante

avec brocolinis et chutney aux pommes et canneberges

Action de grâce

35 minutes



Magret de canard



Pomme de terre rouge



Brocolini



Pomme Gala



Échalote



Thym



Moutarde à l'ancienne



Canneberges séchées



Vinaigre de vin rouge



Cassonade

BONJOUR MAGRET DE CANARD

Le fait d'entailler la peau du magret contribue à un résultat plus croustillant!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesure, casserole moyenne, papier parchemin, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Magret de canard	2	4
Pommes de terre rouges	360 g	720 g
Brocolini	170 g	340 g
Pomme Gala	1	2
Échalote	50 g	100 g
Thym	7 g	14 g
Moutarde à l'ancienne	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Canneberges séchées	¼ tasse	½ tasse
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Cassonade	2 c. à soupe	4 c. à soupe
Beurre non salé*	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire rôtir les pommes de terre

Couper les **potatoes** en morceaux de 1,25 cm (½ po). Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de **½ c. à soupe d'huile** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis ajouter la **moitié** des **branches de thym**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger. Faire rôtir au centre du four de 25 à 28 minutes en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient dorées. (**REMARQUE** : Vous ajouterez le gras de canard aux pommes de terre à l'étape 2, à mi-cuisson environ.)



Préparer le chutney

Faire chauffer une casserole moyenne à feu moyen. Ajouter **1 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis l'**échalote**. Faire cuire de 2 à 3 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'elle soit tendre. Ajouter les **potatoes**, les **canneberges**, la **cassonade**, la **moutarde**, le **vinaigre**, le **reste** du **thym** et **¼ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Faire mijoter de 4 à 6 minutes en remuant souvent, jusqu'à ce que le **chutney** épaississe et que les **potatoes** ramollissent légèrement. Retirer la casserole du feu.



Faire cuire le canard

Sécher le **canard** avec un essuie-tout. À l'aide d'un couteau bien aiguisé, dessiner un motif croisé sur le côté peau du **canard**. **Salier** et **poivrer**. Ajouter le **canard**, côté peau vers le bas, dans une grande poêle antiadhésive non chauffée. Faire cuire à feu moyen de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Retourner et faire cuire de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le **canard** soit doré. Transférer le **canard** sur une autre plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, côté peau vers le haut. Réserver le **gras de canard** dans la poêle. Faire rôtir sur la grille du **haut** du four de 8 à 13 minutes, jusqu'à ce que le **canard** soit entièrement cuit**. Arroser les **potatoes** de **2 c. à soupe de gras de canard** (doubler la quantité pour 4 personnes), puis bien mélanger et poursuivre la cuisson jusqu'à ce qu'elles soient dorées.



Faire cuire les broccolinis

Pendant que le **chutney** cuit, faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 2) à feu moyen. Ajouter les **broccolinis**. **Salier** et **poivrer**. Couvrir et faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement croquants.



Préparer

Pendant que le **canard** rôtit, peler et évider la **potato**, puis la couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Peler, puis émincer l'**échalote**. Parer les **broccolinis**, puis couper les plus grandes tiges en deux sur la longueur, en laissant les tiges plus fines entières. Détacher le **reste** des **feuilles de thym** des branches.



Terminer et servir

Lorsque le **canard** est cuit, le laisser reposer dans une assiette pendant 5 minutes. Trancher finement le **canard**. Répartir le **canard**, les **potatoes** et les **broccolinis** dans les assiettes. Napper le **canard** de **chutney**. (**CONSEIL** : Les restants de chutney peuvent être conservés au réfrigérateur jusqu'à 2 jours. Le servir avec des grilled cheese ou encore du fromage et des craquelins!)

Le repas est prêt!