

Entrées chaudes aux légumes

Flan de cèpes, aiguillettes de magret de canard et émulsion au lard


5h25

TEMPS TOTAL

1h15

PRÉPARATION

1h10

CUISSON

3h

REPOS

621

CALORIES

Étape 1

Réalisation de la crème de cèpes pour l'appareil à flan

- 1 Commencer par éplucher l'oignon à l'aide d'un couteau d'office puis le rincer.
- 2 Le couper en deux et l'émincer finement avec le couteau éminceur, réserver dans un saladier.
- 3 Prendre les cèpes, les nettoyer en les brossant avec un pinceau trempé dans de l'eau tiède.
- 4 Tailler légèrement la base des pieds au couteau d'office afin de retirer la partie terreuse.
- 5 Bien les sécher, les essuyer avec des torchons. Réserver dans une plaque à débarrasser.
- 6 Détacher les chapeaux des pieds, émincer le tout grossièrement.
- 7 Mettre une grande casserole à chauffer, ajouter un filet d'huile d'olive.
- 8 Lorsque l'huile est chaude, faire suer les oignons émincés sans coloration jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides.
- 9 Ajouter les cèpes, les faire suer également.
Mouiller ensuite avec la totalité du bouillon de volaille et

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour les magrets

500 g **Magret de canard**

Ingrédients pour le flan de cèpes

500 g **Cèpe**
1 **Oignon(s)**
50 cl **Bouillon de volaille**
1 litre(s) **Crème liquide (fleurette)**
5 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
1 **Sel**
1 **Poivre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
10 g **Beurre**

Ingrédients pour l'émulsion au lard

10 cl **Crème liquide (fleurette)**
30 g **Lardon(s)**

- 10 laisser réduire de moitié à petite ébullition.
- 11 Une fois réduit de moitié, ajouter la crème liquide et porter de nouveau à ébullition.
- 12 Mixer le tout au mixeur plongeant. Laisser sur le feu et faire réduire à petite ébullition jusqu'à ce que la crème de cèpes soit nappante.
- 13 la crème doit napper la cuillère. Lorsque l'on passe le doigt dessus, la trace reste marquée.
- 14 Une fois la cuisson finie, rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre. Débarrasser la crème de cèpes dans un grand saladier au réfrigérateur pendant 3 heures pour la faire refroidir totalement.
- 15 La crème refroidira plus vite si elle est répartie sur une faible épaisseur.

Ingrédients pour le jus de veau

20 cl **Jus de veau**
20 g **Beurre**

Étape 2

Préparation de l'émulsion au lard

- 1 Verser la crème liquide dans une casserole, ajouter les lardons.
- 2 Porter le tout à ébullition. Puis couper le feu aussitôt et laisser la casserole de côté afin que les lardons infusent dans la crème.

Étape 3

Préparation des flans de cèpes

- 1 Préchauffer le four à 90°C.
- 2 Beurrer l'intérieur des moules à l'aide d'un pinceau et de beurre ramolli.
- 3 Dans un grand saladier, casser les œufs. Les mélanger avec la crème de cèpes froide.
- 4 Mouler la crème dans les récipients beurrés, les placer dans un plat allant au four.
- 5 Verser dans le fond du plat un tiers d'eau tiède. Cuire le tout au four dans un bain marie pendant 20 à 30 minutes.
- 6 Le temps de cuisson peut varier suivant la taille des moules utilisés et le four utilisé. Pour vérifier la cuisson, planter la pointe d'un couteau dans un flan, si elle ressort sèche, c'est cuit !

Étape 4

Préparation du jus

- 1 Verser le jus de veau dans une casserole, le faire chauffer sur feu doux afin de le réduire légèrement.

Étape 5

Cuisson du magret

- 1 Si nécessaire, dégraisser légèrement le magret avec le couteau d'office. Puis quadriller la graisse en allant jusqu'à la chair.
- 2 Mettre une poêle à chauffer sans ajouter de matière

grasse. Lorsqu'elle est bien chaude, saler le magret, le saisir côté graisse pendant 5 minutes.

- 3** Pendant ces 5 minutes, arroser le magret de la graisse fondue. S'assurer qu'il ne brûle pas.
- 4** Au bout des 5 minutes, le retourner et cuire pendant 4 minutes côté chair tout en continuant de l'arroser.
- 5** En fin de cuisson, emballer le magret dans une feuille de papier aluminium. Le déposer sur une grille dans un endroit chaud pour qu'il repose.

Étape 6

Finition de l'émulsion et du jus

- 1** Passer la crème infusée avec les lardons à travers un chinois dans une nouvelle casserole, la remettre sur feu doux pour la tiédir.
- 2** Ajouter le beurre coupé en petites parcelles au jus de veau, le maintenir au chaud.

Étape 7

Dressage

- 1** Déballer la magret et le trancher finement.
- 2** Démouler au centre de chaque assiette un flan de cèpes, dresser dessus trois tranches de magret par personne.
- 3** Verser tout autour des flans un cordon de jus de veau.
- 4** Émulsionner la sauce au lard avec le mixeur plongeant, napper les tranches de magret.
- 5** Ajouter éventuellement quelques croûtons et une sommité d'herbe en décoration.