



Canard

Parmentier de potimarron au canard



50 min **20 min** **30 min** **0** **222**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour les parmentiers

1.2 kg **Potimarron(s)**
2 c. à soupe **Crème
liquide (fleurette)**
1.5 litre(s) **Bouillon de
légumes**
4 **Cuisse(s) de confit de
canard**
2 **Echalote(s)**
1 c. à café **Noix de
muscade en poudre**
1 **Persil plat**
1 **Sel**
1 **Poivre**
1 **Cumin (en poudre)**

Étape 1

Préparation de la purée de potimarron

- 1 Couper le potimarron en deux à l'aide d'un couteau de chef et l'évider à l'aide d'une cuillère à soupe.
- 2 Le couper en gros morceaux à l'aide d'un couteau de chef.
- 3 Porter une casserole de bouillon de légumes à ébullition et faire cuire les morceaux de potimarron jusqu'à ce qu'ils soient tendres.
- 4 Insérer la pointe de la lame d'un couteau dans la chair du potimarron, s'il glisse facilement alors il est cuit.
- 5 Retirer les morceaux de potimarrons à l'aide d'un écumoire et les déposer dans un saladier.
- 6 Ajouter la crème liquide et réduire le potimarron en purée à l'aide d'un presse-purée.
- 7 Assaisonner de sel, de poivre et de cumin.

Étape 2

Préparation du confit de canard

- 1 Eplucher les échalotes et les émincer finement à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Verser un peu de graisse de canard dans une poêle et y

faire revenir les échalotes jusqu'à ce qu'elles soient fondantes.

- 3 Dégraisser les cuisses de canard confites et ôter leur peau à l'aide d'un couteau d'office.
- 4 Ôter les os et hacher grossièrement la chair à l'aide d'un couteau d'office puis les faire revenir quelques minutes dans la poêle.
- 5 Ajouter le persil préalablement ciselé et ôter du feu.

Étape 3

Dressage

- 1 Disposer un cercle individuel dans chaque assiette.
- 2 Déposer une couche de purée de potimarron au fond du cercle puis une couche de confit de canard et terminer par une couche de purée de potimarron.
- 3 Décorer de persil ciselé et retirer le cercle.
- 4 Servir immédiatement.