



Poitrine de canard farcie aux petits légumes, laquée au miel d'Acacia et duxelles de champignons

Tailler les légumes en fines juliennes.

Les faire suer avec l'échalote ciselée.



Dégraissier le canard, l'ouvrir en deux dans le sens de la longueur.

Préparation des duxelles :

Hâcher finement les champignons de Paris, les faire suer avec l'échalote hachée.

Cuire doucement jusqu'à évaporation totale de l'eau.

Assaisonner.

Ajouter le fond de volaille et la crème végétale.

Trancher le canard en médaillon sur lit de duxelles et déposer la sauce autour.

Pour 2 personnes

1 magret de canard dégraissé
10 gr de carotte
10 gr de navet
10 gr de courgette
10 gr de poireau
1 c. à .c de miel d'acacia
Fond de volaille
Vinaigre balsamique
Crème végétale
1 échalote

Terrine de yaourt à la poire

Pour 10 personnes

500 gr de yaourt
25 cl de crème
90 gr de sucre glace
1 fraise
1 carambole
1 brin de menthe
10 feuilles de gélatine
3 poires
5 gr de coulis de framboises

Éplucher et tailler les poires en brunoise.

Les faire sauter, refroidir.

Monter la crème en chantilly.

Battre le yaourt avec le sucre glace.

Faire fondre la gélatine.

Ajouter la au mélange yaourt et sucre.

Ajouter la crème chantilly.



Filmer en terrine, mélanger les poires à la préparation.

Mouler dans la terrine.

Laisser reposer 1 journée au frais. Trancher la terrine.

Déposer le coulis dans l'assiette, décorer avec les fruits et mettre une tranche de terrine par assiette.