

LE CANARD À RÔTIR

au fil des saisons et de nos envies



cicar
comité interprofessionnel du canard à rôti

10
ans

8ÈME ÉDITION
LE CANARD À RÔTIR SOUS TOUTES SES FORMES





LE CANARD À RÔTIR
Sommaire



<i>Introduction</i>	<i>p 3</i>
<i>Recettes d'été</i>	<i>p 4</i>
<i>Recettes d'automne</i>	<i>p 6</i>
<i>Recettes d'hiver</i>	<i>p 8</i>
<i>Recettes de printemps</i>	<i>p 10</i>
<i>En pratique</i>	<i>p 12</i>
<i>Origines</i>	<i>p 14</i>
<i>Identification</i>	<i>p 15</i>





LE CANARD À RÔTIR
**au fil des saisons,
des années...**

Cette année, le **CICAR**, Comité Interprofessionnel du Canard A Rôtir, fête ses 10 ans témoignant de la **vitalité du secteur**. Créé par les différentes familles de la filière du canard, le **CICAR** s'est toujours impliqué dans la **défense** de l'élevage et la **promotion** du Canard à Rôtir afin de faire valoir un savoir-faire bien français. Ses actions ont permis au canard, **viande gastronomique**, d'être mise à l'honneur par de nombreux **Chefs cuisiniers** afin de le faire découvrir au **plus grand nombre**. Pour preuve, depuis 10 ans, la clientèle du **Canard à Rôtir** s'est **rajeunie** et le marché a évolué vers la découpe et l'élaboration de produits.

Le **CICAR** a ainsi pu faire découvrir avec **plaisir** que le **canard de barbarie** est une viande que l'on peut déguster toute l'année. Même s'il est souvent associé aux repas festifs, les Chefs nous ont démontré que c'est une **viande** que l'on peut préparer au **quotidien**, en toute saison, et qui se **cuisine simplement** ! En effet, le cycle des saisons nous offre une multitude d'accompagnements qui, associés à la viande de canard, met en valeur toute la **diversité des saveurs** à travers de nombreuses recettes :

Un mets rafraichissant et léger pour le printemps et l'été

C'est la période rêvée pour inventer de nouvelles recettes avec le **canard de barbarie** ou ses **découpes** et les produits de saison : après l'hiver, on est heureux de revoir les couleurs et les arômes arriver sur les étals des marchés et dans nos assiettes. On se retrouve alors autour de salades ou grillades, et même de tapas ou de sushis.

Ou plus élaboré et gourmand pour l'automne et l'hiver

Des recettes traditionnelles et revisitées débarquent sur nos tables. Tout en restant chez soi, elles nous permettent de voyager avec le tajine ou le pot-au-feu pour nous réchauffer.

... et de nos envies.



LE CANARD À RÔTIR

Recettes d'été



INGRÉDIENTS :

- ½ chou cœur de bœuf
- 12 filets de canard
- 50 g de miel • 5 g de Vodka
- 100g d'huile d'olive
- 1 échalote
- 1 pomme Granny
- 5 g de mélange d'épices Apicius (gingembre, genièvre, fenouil, coriandre)

Filets de canard marinés selon Apicius, feuilles de chou, cœur de bœuf et pomme granny en salade



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 30 MIN

RÉALISATION :

Parer et dénervé les aiguillettes.

Mélanger les épices moulues, le miel et la vodka. Passer au chinois fin.

Prélever les belles feuilles du chou, les blanchir à l'eau bouillante salée pendant une minute et les glacer. Les réserver sur un linge propre et sec pour qu'elles s'égouttent bien.

Tailler la pomme Granny en fine brunoise.

Assaisonner les filets de canard de sel et poivre et mettre à mariner quelques minutes avec le mélange Apicius.

Assaisonner la brunoise de pomme et les feuilles de chou avec un peu de sel poivre et huile d'olive. Dresser sur chaque assiette la brunoise de pomme sur laquelle on viendra poser une feuille de chou et les filets de canard joliment disposés.



INGRÉDIENTS :

- 1 beau filet de Canard de Barbarie
- 1 pomme verte type Granny Smith
- 100 g de roquette
- 100 g de mâche
- 100 g de fromage de chèvre frais
- 40 g de pignons de pin
- 125 g de framboises

VINAIGRETTE :

- 3 cuil. à soupe d'huile d'olive
- 1 cuil. à soupe de miel toutes fleurs
- 2 cuil. à soupe de vinaigre de cidre
- Sel • Poivre du moulin

Salade de filet de canard grillé au chèvre, pomme-framboise et vinaigrette acidulée



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN / CUISSON : 15 MIN

RÉALISATION :

Faire chauffer une poêle sans matière grasse, y faire griller le filet de Canard côté peau à feu moyen pendant environ 8 à 10 minutes jusqu'à ce que la peau soit bien dorée. Retourner le filet et poursuivre la cuisson pendant 2 minutes. Réserver. Dans une poêle, faire torréfier les pignons de pin sans ajout de matière grasse. Réserver. Laver les salades et les essorer. Déposer dans un saladier. Couper le fromage de chèvre frais en cubes de 2 cm de côté. Laver la pomme. La couper en fins bâtonnets et la mélanger avec les salades.

Dans un bol, déposer le vinaigre de cidre, le miel, le sel et le poivre, mélanger.

Ajouter l'huile d'olive et bien émulsionner à la fourchette. Verser la vinaigrette sur les salades et la pomme et bien mélanger.

Découper le filet grillé encore tiède en fines tranches. Couper les framboises en 2. Répartir la salade sur 4 assiettes. Déposer ensuite les tranches de filets de Canard, puis les cubes de fromage de chèvre frais, parsemer avec les framboises et les pignons de pin torréfiés.



Tapas d'aiguillettes de Canard de Barbarie marinées façon Cajun



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN / CUISSON : 8 MIN / REPOS : 1 H

INGRÉDIENTS :

- 4 aiguillettes de Canard de Barbarie

Marinade :

- 1 cuil. à soupe de concentré de tomate
- 1 cuil. à soupe de sirop d'agave
- 2 cuil. à soupe d'huile de colza (ou de tournesol)
- 1 cuil. à café de paprika • ½ cuil. à café de cumin
- ½ cuil. à café de coriandre en poudre
- ½ cuil. à café de thym sec • ½ cuil. à café d'origan • 1 cuil. à café d'oignon semoule (sec, en épicerie) • 1 gousse d'ail

RÉALISATION :

Peler et hacher finement l'ail.

Mélanger tous les ingrédients de la marinade, si besoin ajouter 1 ou 2 cuillères à soupe d'eau, la consistance doit être nappante.

Plonger les aiguillettes dans la marinade, bien les enrober et laisser au froid pendant 1 heure minimum.

Enfiler les aiguillettes de Canard de Barbarie sur les brochettes en les tordant pour former des "vagues".

Préchauffer le four à 210° C (th. 7).

Griller les brochettes au four 3 à 4 minutes.



Sushis de filet de canard maigre



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN / CUISSON : 20 MIN / REPOS : 1 H / CONGÉLATION : 1 H

INGRÉDIENTS :

- 1 filet de Canard de Barbarie
- 100 g de riz rond blanc (ou de Japonica : riz à sushi)
- 3 cuil. à soupe de vinaigre de cidre (ou de vinaigre de riz)
- 1 cuil. à soupe de mirin
- 1 cuil. à soupe de sucre semoule
- 1 cuil. à café de sel
- ½ cuil. à café de wasabi
- 1 cuil. à café de graine de moutarde (à défaut de sésame doré)
- 3 cuil. à soupe de sauce soja
- Quelques lamelles de gingembre au vinaigre

RÉALISATION :

Enlever la peau du filet de Canard de Barbarie ainsi que les parties sanguines et nerveuses. Envelopper le filet dans un film alimentaire et le laisser durcir au congélateur au moins 1 heure. Pendant ce temps, bien rincer le riz à l'eau froide, l'égoutter. Porter 20 cl d'eau à ébullition, y déposer le riz. Cuire 2 minutes à feu vif. Réduire le feu au minimum et prolonger la cuisson 15 à 20 minutes. Débarrasser le riz dans un saladier, il doit être collant. Réaliser une marinade : dans une casserole, réunir le vinaigre de cidre, le mirin, le sucre et le sel. Faire chauffer quelques secondes de manière à dissoudre le sucre. Verser cette marinade sur le riz tiède. Mélanger et laisser refroidir. Sortir le filet de Canard du congélateur et réaliser des fines tranches à l'aide d'un couteau bien aiguisé. Prélever une cuillerée à soupe de riz, en façonner un petit rectangle. Répéter l'opération. Placer ces rectangles sur un plat. Déposer les tranches de carpaccio de Canard sur les rectangles de riz.

Surmonter l'ensemble de graines de moutarde. Déguster les sushis accompagnés de gingembre au vinaigre, de crème au wasabi et de sauce soja à part.



LE CANARD À RÔTIR

Recettes d'automne



INGRÉDIENTS :

- 1 Canard de Barbarie
- 20 g de beurre
- 12 mini navets
- 1 navet long daikon
- 2 oranges
- 10 g de sucre
- 6 g de sel
- 50 g de mesclun de salade
- Vinaigrette citron

Le canard fumé minute, étuvée de mini navets à l'orange



POUR 4 PERSONNES

RÉALISATION :

Préparer le canard. Séparer la carcasse et le coffre du canard. Réaliser un jus de viande avec la carcasse. Brider le canard en rabattant les manchons à l'intérieur. Rôtir au four pendant 12 minutes à 200° C. Une fois cuit, laisser reposer 15 minutes. A l'envoi, réchauffer le canard. Lever les filets du coffre une fois cuits. Mettre le magret dans une assiette, le positionner sous une cloche et le fumer avec une pipe à fumer aromatisée à la sciure de bois.

POUR LA GARNITURE

Eplucher l'orange. Faire des segments de manière à n'obtenir que la chair de l'orange. Dans une casserole, mettre du beurre. Une fois celui-ci moussé, y ajouter les mini navets épluchés. Saler. Les cuire tout doucement avec un peu de jus d'orange. Assaisonner vos petites pousses de salade à la minute, et dresser harmonieusement.



INGRÉDIENTS :

POUR LA MARINADE :

- 4 tournedos de canard
- 30 cl de vin blanc
- 2 échalotes • 1 clou de girofle
- 1 feuille de laurier • ½ cuil. à café de mélange 5 baies
- 1 baie d'anis

POUR LA GARNITURE :

- 12 carottes fan • 8 minis navets • 4 minis poireaux
- 1 petite betterave crue
- 20 g de beurre • 10 cl de jus de canard • ½ cuil. à café de féculé de pomme de terre
- Sel et poivre

Tournedos de canard aux légumes confits



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 20 MIN

RÉALISATION :

Préparation de la marinade pour les tournedos la veille. Eplucher les échalotes puis les émincer finement. Placer les tournedos dans un plat creux, recouvrir des échalotes, verser le vin blanc, ajouter le clou de girofle, la feuille de laurier le mélange 5 baies et la baie d'anis. Recouvrir d'un film plastique et placer au frais. **Le lendemain, Préparation de la garniture.** Laver tous les légumes, peler les carottes et les navets. Eplucher la betterave. Couper les extrémités des poireaux, couper les plus gros navets en deux ou en quatre. Lever des fines tranches dans la betterave à l'aide d'un économe, conserver les tranches dans un bol d'eau froide. Sortir le plat où se trouvent les tournedos du réfrigérateur puis retirer les tournedos et les placer dans une assiette. Verser la marinade dans une casserole puis faire réduire de moitié et filtrer avec un chinois. Réserver. Faire fondre le beurre dans une sauteuse puis ajouter les carottes, les navets et les poireaux. Quand les légumes sont colorés ajouter le jus de la marinade réduite, saler et poivrer. Laisser cuire 10 minutes, puis retirer les légumes de la sauteuse et les réserver au chaud. Ajouter dans la sauteuse le jus de canard, porter à ébullition et laisser réduire de moitié. Hors du feu, lier la sauce avec la féculé dissoute dans un peu d'eau froide. Mélanger au fouet. **Cuisson des tournedos.** Faire chauffer une poêle à feu vif avec un peu de matière grasse, puis faire cuire les tournedos trois à quatre minutes de chaque côté en fonction de la cuisson désirée.



Parmentier de canard aux morilles



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 35 MIN / CUISSON : 45 MIN

INGRÉDIENTS :

- 2 cuisses de canard ou 4 cuisses de canettes
- 500 g de pommes de terre
- 150 g de beurre
- 10 cl de crème liquide
- 50 g de morilles déshydratées ou 170 g de morilles fraîches
- 1 branche de thym
- 1 branche de romarin
- 2 pincées de noix de muscade
- 1 oignon • Sel et poivre

RÉALISATION :

Faire chauffer le four à 180° C. Placer les cuisses de canard dans un plat à gratiner puis effriter le thym et le romarin, l'oignon haché, les cuisses de canard et 5 cl d'eau. Placer au four pendant 30 minutes. Pendant ce temps, faire cuire les pommes de terre dans un grand volume d'eau salée pendant 20 à 30 minutes selon leur taille. Après la cuisson les placer quelques instants sous l'eau froide puis en retirer la peau et les passer au presse purée. Faire réhydrater les morilles dans un bol rempli d'eau tiède puis les rincer sous l'eau froide et les trancher finement. Mélanger la purée aux morilles puis ajouter le beurre coupé en dés et la crème liquide puis saler et poivrer. Mélanger juste suffisamment pour incorporer les ingrédients. Retirer les cuisses de canard du four puis retirer la chair en l'effilochant grossièrement. Mélanger la chair de canard avec le jus de cuisson. Placer la moitié de la purée dans le fond du plat à gratiner puis étaler la chair de canard et finir en étalant le reste de la purée. Strier le dessus du hachis Parmentier à l'aide d'une fourchette. Placer au four 20 à 25 minutes à 210° C.



Filet de canette au réglisse, confit aux morilles et purée de ratte au siphon



POUR 2 PERSONNES

INGRÉDIENTS :

- 2 filets de canard de Challans.
- 1 carcasse de canard pour réaliser le fond de canard.
- Carottes
- Oignons
- Vert de poireaux
- Thym
- Laurier
- Sel poivre
- Vin blanc sec
- Gros sel

RÉALISATION :

Réaliser un jus de canard en ayant fait brunir la carcasse de canard au four. Mouiller avec le vin blanc, ajouter la garniture aromatique et couvrir d'eau à hauteur. Faire réduire au 1/2, réserver. Cuire les filets de canard côté gras dans une poêle, terminer la cuisson au four, émincer les filets et dresser en assiette.

JUS DE CANARD :

Mélanger le jus de canard avec la poudre de réglisse puis monter au beurre jusqu'à obtention de la consistance désirée, rectifier l'assaisonnement, dresser des filets de sauce.

PURÉE DE RATTE :

Cuire les pommes de terre à l'anglaise puis les passer au presse purée, ajouter la crème et le beurre, sel et poivre, donner un bouillon, passer le tout au tamis fin, réserver au chaud dans un siphon isotherme. Emincer le confit de canard à faire sauter avec les morilles émincées, garnir le fond d'une verrine et couvrir de l'émulsion de Ratte.



LE CANARD À RÔTIR

Recettes d'hiver



Filet de canette aux épices, céleri et condiment à l'orange



POUR 4 PERSONNES

RÉALISATION :

Parer l'excédent de gras des filets de canette et retirer les membranes côté chair. Inciser le gras restant en croisillons. Réunir les épices dans un mortier puis les piler jusqu'à l'obtention d'une fine poudre. Récupérer les zestes des oranges à l'aide d'un économe et les réserver pour la garniture. Peler ensuite les oranges à vif puis prélever les segments. Saler les filets de canette puis démarrer la cuisson côté peau dans une poêle antiadhésive à sec et à froid. Cuire 4 minutes doucement pour faire rendre le gras et obtenir une jolie coloration. Colorer le côté chair plus vivement pendant 2 minutes puis débarrasser les filets sur une grille. Badigeonner ensuite les filets de miel à l'aide d'un pinceau uniquement côté gras et parsemer la surface d'épices. Terminer la cuisson sous le grill du four 2 à 3 minutes jusqu'à ce que les épices et le miel caramélisent. Retirer l'excédent de gras de la poêle de cuisson puis y jeter les anchois et les segments d'orange. Cuire 2 minutes jusqu'à ce que les anchois fondent puis mouiller avec le jus de canard. Laisser mijoter 5 minutes en prenant soin de préserver entier les 12 segments d'orange les plus jolis et en écrasant grossièrement les autres. Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre. Peler le céleri rave, le laver puis le tailler en tranches d'1,5 cm d'épaisseur. Y détailler à l'aide d'un emporte pièce rond 12 palets de 3 cm de diamètre. Chauffer un filet d'huile d'olive dans un sautoir et y dorer les palets de céleri salés des deux côtés. Déglacer alors avec un trait de jus d'orange puis mouiller avec le fond blanc chaud petit à petit et à couvert. Au terme de la cuisson, glacer les palets fondants de leur jus de cuisson réduit. Emincer finement le céleri restant ainsi que les parures des palets pour confectionner une purée. Faire revenir dans un filet d'huile d'olive, saler puis mouiller au fond de volaille chaud. Cuire jusqu'à ce que la chair de céleri soit bien cuite en rajoutant un peu de fond blanc si besoin. Passer ensuite la chair au tamis puis terminer l'assaisonnement de cette purée en ajoutant le beurre, le sel et le poivre. Tailler les zestes d'oranges en fine julienne après avoir pris soin d'enlever le zeste. Les réunir dans une petite casserole avec le jus d'orange restant. Porter à ébullition et cuire à petit frémissement jusqu'à ce que le jus soit bien réduit et les zestes confits.

INGRÉDIENTS :

- 4 filets de canette
- 1 cuil. à café de graines : de fenouil, de coriandre, de cardamome et de poivre de Sichuan
- 2 oranges
- 15 cl de jus de canard
- 2 filets d'anchois à l'huile
- 20 g de miel
- Sel et poivre du moulin P.M.

GARNITURE

- 1 céleri rave
- 2 jus d'orange
- 1 l de fond blanc de volaille
- 40 g de beurre
- Huile d'olive P.M.
- Sel et poivre du moulin P.M.



Pot au feu de canard



POUR 4 À 6 PERSONNES / PRÉPARATION : 10 MIN / CUISSON : 2H15

INGRÉDIENTS :

- 1 canard ou canette • 400 g de petites pommes de terre • 12 petites carottes
- 9 petits navets • 12 petits oignons grelot • 1 poireau • 1 gousse d'ail • 1 petite branche de céleri • 1 clou de girofle • 1 feuille de laurier • 1 petite branche de romarin

RÉALISATION :

Laver et éplucher tous les légumes. Couper le canard en morceaux. Dans un grand faitout, faire dorer les morceaux de canard puis recouvrir de 3 litres d'eau, ajouter les oignons, les clous de girofle, le sel et le poivre et poursuivre la cuisson 1h30 à feu doux. Dégraisser régulièrement le dessus du bouillon. Dans une casserole, cuire séparément les pommes de terre pendant 20 minutes. Ajouter dans le faitout les carottes, les navets, le poireau, l'ail, le céleri, le laurier et le romarin. Poursuivre la cuisson 20 minutes. Servir le pot au feu accompagné de cornichons et de fleur de sel.



Tajine de cuisses de canard aux fruits secs



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN / CUISSON : 45 MIN À 1H

INGRÉDIENTS :

- 4 cuisses de canard
- 500 g de pommes de terre
- 200 g de carottes • 2 oignons
- 100 g d'abricots secs
- 70 g de dattes
- 50 g d'amandes
- 30 g de pignons de pin
- 50 g de noisettes
- 2 cuil. à soupe de miel
- 1 cuil. à café de cumin
- 2 cuil. à s. d'huile d'arachide

RÉALISATION :

Éplucher les pommes de terre, les oignons et les carottes.

Couper les carottes en sifflets et les pommes de terre en rondelles de 1 cm d'épaisseur. Couper les oignons, les abricots et retirer les noyaux des dattes.

Faire revenir les cuisses de canard dans le tajine avec deux cuillères à soupe d'huile d'arachide. Retirer les cuisses lorsqu'elles sont bien dorées, puis faire revenir tous les autres ingrédients dans le tajine pendant 5 à 10 minutes. Ajouter le miel, le cumin et 15 cl d'eau. Placer les cuisses de canard dans les légumes, et laisser mijoter 45 minutes à 1 heure. Servir bien chaud.



Canard de Barbarie rôti, caramel d'échalote au vinaigre de cidre et jubilé de fruits



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 40 MIN

INGRÉDIENTS :

- 1 Canard de Barbarie (environ 1,200 kg)
- 50 g de sucre en poudre
- 3 cuil. à soupe de vinaigre de cidre
- 20 g de beurre
- 1 échalote
- 1 oignon
- 1 carotte
- 150 g de raisins frais
- 150 g de cerises fraîches
- 2 cuil. à soupe d'huile (colza ou tournesol)
- ¼ de citron vert
- Sel, poivre

RÉALISATION :

Préchauffer le four à 180° C (th. 6). Éplucher l'échalote et la ciseler, réserver. Faire un caramel : dans une casserole, verser le sucre (sans eau) et mettre à cuire à feu moyen. Quand le sucre devient couleur caramel, retirer du feu et ajouter l'échalote et le vinaigre de cidre. Détendre avec 1 cuillère à soupe d'eau et 2 cuillères à soupe d'huile. Réserver. Éplucher et tailler en morceaux l'oignon et la carotte. Saler et poivrer l'intérieur du Canard, le mettre dans un plat à four avec un fond d'eau, la carotte et l'oignon coupés en morceaux. Au cours de la cuisson (environ 40 minutes), retourner le canard régulièrement en l'arrosant avec le jus de cuisson. Couper les raisins en 2 et la moitié des queues de cerises (conserver les cerises entières). 10 minutes avant la fin de la cuisson, ajouter le caramel d'échalote, bien mélanger avec le jus de cuisson et bien arroser le canard. A la fin de la cuisson du canard, couper le four. A ce moment, dans une poêle, faire chauffer les 20 g de beurre, mettre les cerises et les raisins, cuire à feu vif 2 minutes, déglacer avec une partie du jus de cuisson du canard au caramel d'échalote. Au dernier moment râper le zeste du citron vert. Servir le canard accompagné de son jubilé de fruits, du caramel d'échalote et parsemé de zeste râpé.



LE CANARD À RÔTIR

Recettes de printemps



INGRÉDIENTS :

- 600 g d'aiguillettes de canard ou de canette
- 10 cl de sauce soja douce
- 1 gousse d'ail • 1 échalote
- 20 g de miel • 200 g de riz
- ½ cuillère à café de cannelle
- 100 g de pignons de pin
- 50 g de raisins secs
- Poivre

Aiguillettes de canard à la sauce soja et riz à la cannelle



POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION : 20 MIN / MARINADE : 30 MIN / CUISSON : 10 MIN

RÉALISATION :

Eplucher l'échalote et la gousse d'ail, puis les hacher finement. Placer les aiguillettes de canard dans un plat creux puis recouvrir de l'ail et de l'échalote, ajouter ensuite la sauce soja, le miel et poivrer. Bien mélanger tous les ingrédients avec les aiguillettes et laisser mariner au moins trente minutes. Faire cuire le riz comme indiqué sur le paquet, puis réserver. Retirer les aiguillettes de la marinade pour les faire cuire dans une poêle bien chaude, une à deux minutes de chaque côté. Retirer les aiguillettes et faire légèrement revenir le jus de la marinade dans la poêle. Mélanger le riz avec la cannelle et les fruits secs hachés grossièrement. Placer dans chaque assiette les aiguillettes de canard puis le riz à la cannelle et finir par une ou deux cuillères de marinade réduite. Servir sans attendre.



INGRÉDIENTS :

- 4 filets de canette
- 1 kg de rhubarbe
- Sucre • Sel, poivre
- 50 cl d'huile de pépins de raisin • 2 bottes de verveine
- 1 carotte • 1 oignon
- 1 poireau • 500 g de farine
- 20 g de sel • 40 g de sucre
- 4 œufs • 10 cl d'eau
- 20 g de levure boulangère
- 150 g de beurre pommade
- Rhubarbe

Filet de canette rôtie à la rhubarbe, jus de canard à l'infusion de verveine



POUR 4 PERSONNES

RÉALISATION :

Rhubarbe : 3 bâtons de 8 cm de long cuits sous vide à 85° C avec une pincée de sucre durant 5 min environ. Pour la finition, juste poêlée au beurre avec un peu de sucre pour la caramélisation. **Filet de canette** : Parer le filet de canette, saler, poivrer et cuire sous vide à 58 °C au bain marie pendant 45 min. Pour la finition, bien colorer côté graisse et passer 3 min au four à 200° C. Confectionner un jus de canard acidulé ; colorer les parures de canard avec une petite mirepoix, déglacer au vinaigre balsamique, réduire et mouiller au fond de canard, réduire de moitié, une noix de beurre à la fin. **Huile de verveine** : 50 cl d'huile de pépins de raisin infusée avec 2 bottes de verveine fraîche. **Dampfnudel** : Faire comme une pâte à brioche et mettre au frais. Le lendemain, étaler à 1 cm d'épaisseur et tailler à l'emporte pièce de 4 cm de diamètre, laisser lever puis poêler à l'huile pour une petite coloration et passer 4 min à 100° C à la vapeur. **Garniture** : Faire un tortillon de pomme de terre et y mettre une salade d'herbes (shiso pourpre, affila cress, basil cress, rock chives). Assaisonner avec une vinaigrette classique.



Aiguillettes de canard aux minis légumes confits



POUR 4 À 6 PERSONNES

PRÉPARATION : 40 MIN / CUISSON : 25 MIN

INGRÉDIENTS :

- 12 à 16 aiguillettes de canard
- 16 minis carottes
- 4 minis fenouils
- 12 petites échalotes
- 200 g de minis asperges
- 4 minis courgettes
- 6 minis betteraves
- 4 minis pâtissons jaunes
- 4 minis pâtissons verts
- 20 g de gingembre frais râpé
- 1 gousse d'ail
- 150 g de beurre

RÉALISATION :

Laver tous les légumes, éplucher les échalotes, les carottes et les betteraves. Dans un grand volume d'eau bouillante salée, plonger en premier les fenouils, 2 minutes après ajouter les carottes avec les échalotes, puis encore 2 minutes plus tard les pâtissons coupés en quatre et les courgettes coupées en grosses tranches. Poursuivre la cuisson 2 minutes et débarrasser tous les légumes dans une autre casserole. Plonger dans l'eau bouillante les betteraves coupées en quatre et les cuire 6 minutes puis les réserver de côté.

Dans la casserole dans laquelle se trouvent les légumes, ajouter le beurre, le gingembre, la gousse d'ail écrasée, saler et poivrer puis laisser confire à feu doux pendant 10 à 15 minutes en mélangeant de temps en temps.

Couper les aiguillettes de canard en trois. Dans une poêle chauffée, verser un peu de beurre de cuisson des légumes et faire revenir 2 minutes les aiguillettes de canard. Dresser dans les assiettes les minis légumes confits avec les aiguillettes de canard et servir sans attendre.



Filet de canette « rosé » et asperges blanches vinaigrette, crème fouettée, herbes fraîches



POUR 4 PERSONNES

INGRÉDIENTS :

- Canette** • 4 filets de canette • Sel, poivre, huile d'olive • **Asperge** • 4 asperges blanches + 3 calibré • Fleur de sel de Guérande • **Vinaigrette citron** • 150 gr de vinaigre de citron • 8,5 gr de gélatine en feuille • 250 gr d'huile d'arachide • Sel fin • 2 gouttes de colorant jaune liquide • **Vinaigrette framboise** • 150 gr de vinaigre de framboise • 8,5 gr de gélatine en feuille • 250 gr d'huile d'arachide • Sel fin • 2 gouttes de colorant rouge liquide • **Crème fouettée aux herbes fraîches** • 1000 gr de crème liquide • 500 gr de mascarpone • 150 gr de vinaigre de citron • Sel et poivre • **Herbes fraîches de chez Koppert Cress** • 6 barquettes de affilla cress • 6 barquettes de scarlet cress • 3 barquettes de apple blossom

RÉALISATION :

Canette : Parer les filets de canette et les couper en deux dans le sens de la longueur. Assaisonner de sel et poivre et boudiner au papier film, les mettre sous vide en sac rétractable (180*250). Cuire dans un thermoplongeur à 55 degrés à cœur dans une ambiance à 56 degrés (environ 1 heure). Au dernier moment les snacker sur toutes les faces à l'huile d'olive et les couper en biseaux.

Asperge : Nettoyer et éplucher les asperges, les mettre en poches sous vide cuisson (300*400) avec la fleur de sel et les cuire à 88 degrés pendant 50-60 mn suivant le calibre.

Vinaigrette citron et vinaigrette framboise : Chauffer le vinaigre avec le sel et ajouter la gélatine trempée au préalable et l'huile d'arachide en filet tout en mixant à l'aide d'un bamix, rectifier au colorant pour une belle couleur.

Crème fouettée aux herbes fraîches : Rassembler tous les éléments au batteur.

Herbes fraîches de chez Koppert Cress : Préparer les herbes.



LE CANARD À RÔTIR

En pratique

Conseils de Chefs

Lorsque vous préparez un canard entier, tournez-le régulièrement dans tous les sens pour uniformiser la cuisson tout en l'arrosant en même temps.

Après cuisson, laissez au canard un temps de repos en continuant à le tourner pour détendre les chairs.

Cuire le canard à Rôtir à la broche permet de faire ressortir ses saveurs et de conserver la tendreté de la chair.

Lorsque vous cuisinez des filets, veillez à les couper dans le sens de la longueur, c'est plus agréable car la fibre est coupée

Vous pouvez cuire le canard d'un seul côté, en le démarrant dans une poêle, pour garder le côté croustillant de la peau et ainsi laisser le choix à vos convives de la manger ou non.

Préférez le taillage des filets mignons de canard au couteau, plutôt qu'au hachoir du robot électrique.

Pour la sauce, remplacer les carcasses par un cube de bouillon de volaille.

Canette ou canard ?

La canette a les mêmes qualités que le canard, elle est seulement plus petite et plus facile à trouver entière. Si l'on veut cuisiner un canard rôti, il est recommandé de choisir des jeunes canards de moins de 2 mois dont la chair est plus tendre et plus fine que celle de leurs aînés.

Il est possible de congeler le canard, cependant il ne faut pas oublier de le sortir 12h avant de le cuisiner en le plaçant au réfrigérateur.

Un canard, cuisiné en sauce, se conserve 2 jours. Sinon il peut être conservé 3 à 4 jours (sans oublier de le sortir de son emballage)

Le canard est délicieux lorsqu'il est aromatisé à l'aigre-doux (par exemple le canard dit « à l'orange » ou le canard laqué). Il se marie très bien aussi avec des fines herbes et des fruits.

On peut donner un goût très différent au canard selon le liquide employé pour déglacer le fond : jus, bouillon, vin...





Les Différentes découpes du canard

COMMENT FAIRE ?

Tout d'abord, il faut ôter les cuisses puis les ailes. Pour cela, enfoncez la lame du couteau profondément sur toute la longueur de la poitrine en allant du col au croupion. Les doigts au niveau du cou, décollez les chairs de chaque côté du canard. Lorsque vous atteignez les ailes et les cuisses, coupez-les au ras de la carcasse pour qu'elles viennent naturellement avec la chair. Continuez à faire glisser la lame pour détacher le reste de la chair de la carcasse puis dégagez le croupion. Coupez ensuite la carcasse en deux et enlevez les abats. Une fois que la chair (« le manteau du canard ») est totalement enlevée, posez la chair à plat et coupez-la en deux puis en quatre.

LES AIGUILLETES :

Muscle pectoral profond qui entoure la cage thoracique. Elles se consomment cuites à la poêle, au four, panées...



LA CUISSE :

Son nom parle de lui-même, il s'agit d'une des parties les plus gourmandes du Canard. Elle s'adapte à tous types de cuisson : mijotée, marinée, confite, au barbecue...



LE FILET :

Il est constitué de la masse pectorale du Canard et présenté avec ou sans peau. Le filet est tendre et savoureux. Il se cuisine à la poêle, en cocotte, en brochettes, au four...



LE TOURNEDOS :

Le tournedos est une coupe transversale composée des 2 filets du Canard de Barbarie ficelés face à face, côté peau tournés vers l'extérieur.



LE CANARD À RÔTIR

Origines

Les premiers canards domestiques, appelés canards communs, sont tous issus indirectement du canard sauvage Colvert (appelé ainsi car la tête et le cou du mâle sont de couleur verte avec un petit collier blanc). Dans beaucoup de pays, et en particulier en Europe, il existe une production artisanale fermière extensive et saisonnière, favorisée par le fait que le canard est de loin l'espèce avicole la plus rustique, beaucoup moins exigeante sur le plan environnemental que le poulet, la dinde ou la pintade.

Le Canard à Rôtir, connu aussi sous le nom de Canard de Barbarie est originaire d'Amérique du Sud. Issu d'une espèce sauvage, *Cairina moschata*, différente de celle dont descendent les canards communs, *Anas platyrhynchos*. Il s'en distingue par de nombreux caractères anatomiques, dont le principal est un important dimorphisme sexuel (les femelles sont deux fois moins lourdes que les mâles). Il est réputé pour le développement de sa masse musculaire et la qualité de sa viande, pour son goût prononcé, de musc, d'où le nom autrefois de canard musqué. Dans les années 70 en France, seule la canette était réellement appréciée. D'un poids de 2,5 kg, elle représentait pleinement un plat festif familial. Mais l'évolution de la structure familiale a favorisé l'essor de la découpe, en filets, aiguillettes, cuisses et manchons. Les modes d'élevage ont privilégié la maturité de la viande, gage de bon goût et de qualité de texture. L'âge avancé de l'abattage (environ 3 mois) optimise le développement harmonieux des masses musculaires nobles.

LES AUTRES ESPÈCES DE CANARD :

Le Canard de Pékin

La production du Canard de Pékin est peu répandue en France. Cette espèce est utilisée en gastronomie chinoise, tout particulièrement pour le canard laqué dont la viande doit être mi-grasse.

Le Canard Mulard

Appelé le « canard gras », il est le résultat du croisement entre le Canard de Barbarie et la Canard de Pékin. Il est élevé dans le but de fabriquer du foie gras.



LES LABELS ROUGES FRANÇAIS DE CANARD DE BARBARIE :

- Label rouge fermier de Challans
- Label rouge fermier de Loué
- Label rouge fermier d'Ancenis
- Label d'Agriculture Biologique

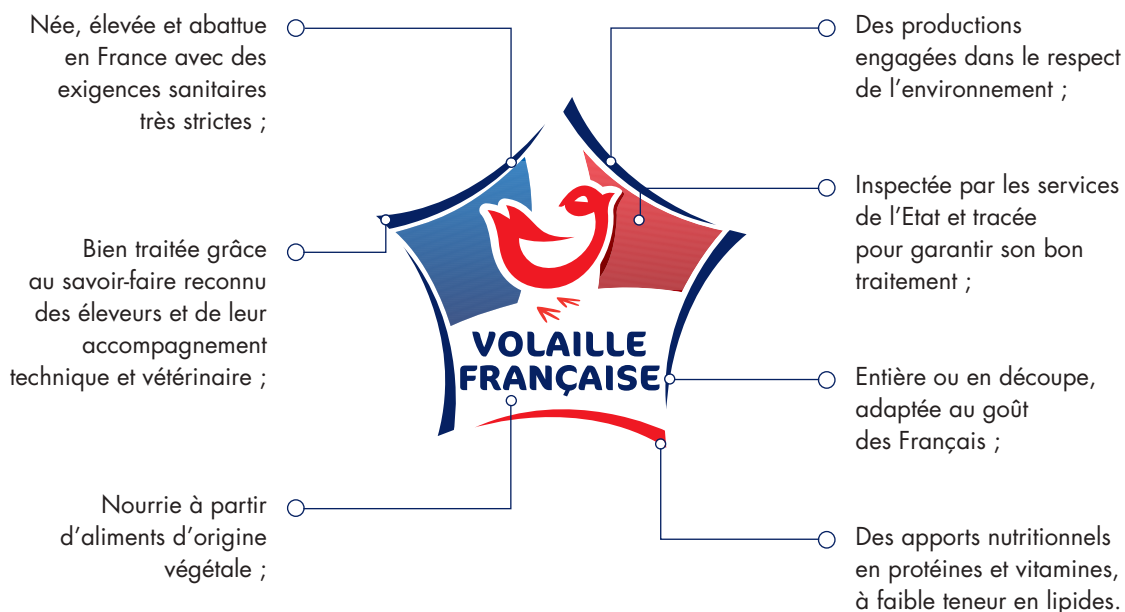


Le logo VOLAILLE FRANÇAISE, garant de l'origine de nos viandes

Vous pouvez retrouver le Canard à Rôtir français grâce au logo **VOLAILE FRANÇAISE** qui est le signe d'identification d'un savoir-faire reconnu. Ce savoir-faire acquis au fil des générations, a été régulièrement réévalué avec les évolutions des chartes de bonnes pratiques garantes de l'origine des produits et de la sécurité alimentaire.

Le logo **VOLAILE FRANÇAISE** est le symbole d'un terroir d'origine, d'expériences et de compétences combinées attestant la qualité des produits. L'ensemble des entreprises utilisant le logo s'est fait référencer auprès de l'APVF en indiquant la nature et les volumes des différents produits concernés et a signé une charte d'utilisation. Un contrôle par un organisme tiers valide le dispositif.

GARANTIES DU LOGO VOLAILE FRANÇAISE





CICAR

ZAC Atalante Champeaux
3, allée Ermengarde d'Anjou - 35 000 RENNES
Tel: 02 99 60 31 26 • Fax: 02 99 60 58 67
E-mail : cicar@wanadoo.fr • Internet : www.canards.fr

CONTACT PRESSE

Alexandra MARCIANO - Agence PRIM
2, square Pétrarque - 75 116 PARIS
Tel: 01 53 59 70 76 • Fax: 01 53 59 94 77
E-mail : a.marciano@primbox.fr