



Banh mi au canard

avec légumes marinés et mayo à la coriandre

De luxe

35 minutes



Poitrine de canard
2 | 4



Pain à sandwich
2 | 4



Mini concombre
2 | 4



Carotte, en julienne
113 g | 226 g



Mélange printanier
56 g | 113 g



Oignon vert
2 | 4



Coriandre
7 g | 14 g



Vinaigre de riz assaisonné
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Mayonnaise
4 c. à soupe | 8 c. à soupe



Sauce hoisin
4 c. à soupe | 4 c. à soupe



Échalotes frites
28 g | 56 g

Allergènes Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

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 soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



Saisir le canard

- Avant de commencer, préchauffer le four à 220 °C (425 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- 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**. **Saler** et **poivrer**.
- Ajouter le **canard**, côté peau vers le bas, dans une grande poêle antiadhésive non chauffée. Chauffer à feu moyen et saisir de 10 à 12 min, jusqu'à ce que la **peau** soit croustillante. (**REMARQUE** : Le gras de canard peut éclabousser pendant la cuisson.)
- Retourner le **canard** et poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, jusqu'à ce qu'il soit doré.

2



Préparer

- Pendant que le **canard** cuit, trancher finement le **concombre**.
- Émincer les **oignons verts**.
- Hacher finement la **coriandre**.
- Dans un petit bol, mélanger la **mayonnaise** et la **coriandre**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger.

3



Terminer le canard

- Transférer le canard, côté peau vers le bas, sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. (**CONSEIL** : Conservez le gras de canard pour une autre recette!)
- Badigeonner le dessus du **canard** de **sauce hoisin**.
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 13 min, jusqu'à ce que le **canard** soit entièrement cuit**.
- Lorsque le **canard** sera cuit, le laisser reposer de 3 à 5 min sur une planche à découper.

4



Mariner les légumes

- Entre-temps, ajouter dans une petite casserole les **concombres**, les **carottes**, le **vinaigre**, **2 c. à soupe** (4 c. à soupe) d'**eau** et **2 c. à thé** (4 c. à thé) de **sucre**. **Saler**. Porter à légère ébullition à feu moyen-élevé.
- Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **sucre** se dissolve.
- Retirer la casserole du feu. Transférer les **légumes**, avec leur **marinade**, dans un bol moyen. Réserver au frigo pour refroidir.

5



Griller les pains et faire la salade

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Les placer directement dans le **haut** du four, **côté coupé vers le haut**. Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)
- Entre-temps, ajouter dans un grand bol **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) de **marinade** et **1 c. à soupe** (2 c. à soupe) d'**huile**. **Saler** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier** et les **oignons verts**, puis bien mélanger.

6



Terminer et servir

- Égoutter les **cornichons** et jeter le **reste** de la **marinade**.
- Trancher finement le **canard**.
- Étendre la **mayo** à la **coriandre** sur les **tranches de pain inférieures**. Garnir les **tranches de pain inférieures** d'**un peu** de **légumes marinés**, de **canard**, d'**échalotes frites** et d'**un peu** de **salade**. Refermer les **sandwichs**.
- Couper les **sandwichs** en deux. Répartir les **sandwichs**, le **reste** des **légumes marinés** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes.

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