



Poitrines de canard et sauce aux figues

avec purée onctueuse à l'ail

De luxe

40 minutes



Poitrine de canard
2 | 4



Pomme de terre à chair jaune
350 g | 700 g



Échalote
1 | 2



Gousses d'ail
2 | 4



Persil et thym
14 g | 21 g



Tartinade de figues
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Glaçage balsamique
2 c. à soupe | 4 c. à soupe



Concentré de bouillon de poulet
1 | 2



Pois mange-tout
113 g | 227 g



Pois sucrés
113 g | 227 g



Crème
56 ml | 113 ml

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



Cuire les pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper les **potatoes** en morceaux de 2,5 cm (1 po).
- Dans une grande casserole, recouvrir les **potatoes** de terre d'assez d'eau (dépasser d'environ 2,5 cm [1 po]), puis ajouter 2 c. à thé de sel (les mêmes qtés pour 4 pers.).
- Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Réduire à feu moyen. Laisser mijoter à découvert de 10 à 12 min, jusqu'à ce qu'une fourchette entre facilement dans les **potatoes** de terre.

2



Cuire le canard

- Entre-temps, sécher le **canard** avec un essuie-tout.
- À l'aide d'un couteau bien aiguisé, dessiner un motif croisé sur le **côté peau des poitrines de canard**. Saler et poivrer.
- Ajouter le **canard**, côté peau vers le bas, dans une grande poêle antiadhésive non chauffée. Cuire à feu moyen de 10 à 12 min, jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Retourner et poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, jusqu'à ce que le **canard** soit doré.
- Transférer, côté peau vers le haut, sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin. (REMARQUE : Réserver la poêle avec ½ c. à soupe [1 c. à soupe] de gras de canard pour l'étape 4.)
- Rôtir au **centre** du four de 8 à 13 min, jusqu'à ce que le **canard** soit entièrement cuit**.

3



Préparer et infuser la crème

- Entre-temps, parer les **pois sucrés**.
- Parer les **pois mange-tout**.
- Peler, puis hacher finement l'**échalote**.
- Peler, puis hacher finement ou presser l'**ail**.
- Hacher grossièrement le **persil**.
- Détacher des branches 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de **feuilles de thym**, puis les hacher finement.
- À une petite casserole, ajouter la **crème**, l'**ail**, la **moitié** du **thym** et 2 c. à soupe (4 c. à soupe) de **beurre**.
- Porter à légère ébullition à feu moyen et laisser mijoter de 3 à 4 min, jusqu'à ce que le **beurre** fonde.
- Retirer du feu. Couvrir et réserver.

4



Cuire les légumes

- Chauffer la poêle contenant le **gras de canard réservé** (celle de l'étape 2) à feu moyen-élevé.
- Ajouter la **moitié** des **échalotes**. Cuire de 1 à 2 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** soient légèrement croquantes.
- Ajouter les **pois sucrés**, les **pois mange-tout** et 2 c. à soupe (¼ tasse) d'**eau**. Saler et poivrer. Poursuivre la cuisson de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que l'eau ait été absorbée et que les **légumes** soient tendres.
- Transférer dans une assiette, puis couvrir pour garder chaud.

5



Préparer la sauce

- Chauffer la même poêle à feu moyen-doux.
- Ajouter 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de **beurre**, puis le **reste** des **échalotes** et le **reste** du **thym**. Cuire de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **échalotes** ramollissent.
- Ajouter le **tartinade de figes**, le **glacage balsamique**, le **concentré de bouillon** et ½ tasse (½ tasse) d'**eau**. Poursuivre la cuisson de 2 à 3 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **sauce** épaississe légèrement.

6



Terminer et servir

- Lorsque les **potatoes** de terre seront cuites, les égoutter et les remettre dans la même casserole, hors du feu. Incorporer la **crème infusée** aux **potatoes** de terre en les écrasant grossièrement. (REMARQUE : Un « écrasé de pommes de terre » n'est pas une purée lisse, il est normal qu'il y ait encore quelques morceaux!) Saler et poivrer, puis bien mélanger.
- Lorsque le **canard** sera cuit, le laisser reposer dans une assiette de 3 à 5 min. Trancher finement le **canard**.
- Répartir le **canard**, la **purée** et les **légumes** dans les assiettes. Arroser le **canard** d'un **filet de sauce aux figes**. Parsemer de **persil**.

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