

Cassoulet de canard

avec pains ciabatta grillés

Découverte

40 minutes



Poitrines de canard



Persil et thym



Mirepoix



Gousses d'ail



Haricots blancs



Concentré de bouillon de poulet



Vinaigre de vin rouge



Tranches de bacon



Pain ciabatta

BONJOUR POITRINE DE CANARD

Conservez une partie de la graisse de canard fondue pour ajouter du goût à d'autres plats, comme les pommes de terre!

D'abord

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

Matériel requis

2 plaques à cuisson, cuillères à mesurer, papier parchemin, petit bol, tasses à mesurer, grande poêle antiadhésive, essuie-tout, pinceau à pâtisserie en silicone

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Poitrines de canard	2	4
Persil et thym	14 g	14 g
Mirepoix	113 g	227 g
Gousses d'ail	2	4
Haricots blancs	398 ml	796 ml
Concentré de bouillon de poulet	1	2
Vinaigre de vin rouge	1 c. à soupe	2 c. à soupe
Tranches de bacon	100 g	200 g
Pain ciabatta	2	4
Beurre non salé*	3 c. à soupe	6 c. à soupe
Sel et poivre*		

** Faire cuire le canard et les crevettes jusqu'à ce que leur température interne atteigne au moins 74°C (165°F) et 71°C (160°F), respectivement.

Allergènes

Hé, cuisiniers amateurs! Pour obtenir les renseignements les plus à jour sur les allergènes, consultez les étiquettes de nos boîtes-repas.

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 soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous joindre

Partagez vos photos #LaVieHelloFresh
Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002
bonjour@hellofresh.ca
HelloFresh.ca



Faire cuire le canard

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. Faire chauffer la poêle à feu moyen et saisir le **canard** de 10 à 12 minutes, jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Retourner et faire cuire de 2 à 3 minutes, jusqu'à ce que le **canard** soit doré. Transférer le **canard** sur une autre plaque à cuisson tapissée de papier parchemin, côté peau vers le haut. (**REMARQUE** : Réserver la poêle et le gras; ils seront utilisés à l'étape 3.) Faire rôtir le **canard** au **centre** du four de 8 à 13 minutes, jusqu'à ce qu'il soit entièrement cuit**. Lorsque le **canard** est prêt, le transférer dans une assiette et le laisser reposer de 3 à 5 minutes.



Préparer le cassoulet

Ajouter l'**ail**, le **thym** et la **mirepoix** à la poêle contenant le **bacon**. **Saler** et **poivrer**. Faire cuire de 3 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que la **mirepoix** ramollisse légèrement. Incorporer les **haricots blancs** et leur **liquide**, le **concentré de bouillon**, le **vinaigre** et **1 ½ tasse d'eau** (doubler la quantité pour 4 personnes). Porter à légère ébullition à moyen-élevé, puis baisser à feu moyen. Terminer la cuisson de 6 à 8 minutes, en remuant à l'occasion, jusqu'à ce que le **cassoulet** épaisse légèrement.



Préparer

Pendant que le **canard** cuit, peler, puis émincer ou presser l'**ail**. Hacher grossièrement le **persil**. Détacher les **feuilles de thym** de la branche, puis les hacher grossièrement.



Faire rôtir le pain ciabatta

Couper les **pains** en deux. Disposer sur une plaque à cuisson, côté coupé vers le haut. Badigeonner le **gras réservé** dans le petit bol sur les **pains**, puis **saler** et **poivrer**. Faire griller sur la grille du **haut** du four de 5 à 8 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés (**CONSEIL** : Surveiller les pains pour ne pas les brûler!)



Faire cuire le bacon

Couper le **bacon** en morceaux de 0,5 cm (¼ po). Faire chauffer la même poêle (celle de l'étape 1) à feu moyen. Ajouter le **bacon**. Faire cuire de 4 à 5 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce que le **bacon** soit croustillant**. Réserver **1 c. à soupe de gras** (doubler la quantité pour 4 personnes) dans un petit bol.



Terminer et servir

Ajouter **3 c. à soupe de beurre** (doubler la quantité pour 4 personnes) au **cassoulet**, puis bien mélanger. Trancher finement le **canard**. Répartir le **cassoulet** dans les bols. Garnir de **canard**. Parsemer de **persil**. Servir les **pains ciabatta grillés** en accompagnement.

Le repas est prêt!