

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)



CARPACCIO DE CANARD ET MESCLUN

ACCOMPAGNÉ DE SON ANJOU ETIENNE NICOLAS

Une recette de l'École de Paris des Métiers de la Table (EPMT)
et la suggestion d'accompagnement de votre caviste Nicolas

NICOLAS



L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Préparation : 20min
Temps de cuisson : Aucun

Niveau : Facile
Budget : Moyen

POUR 4 PERSONNES

- Magrets de canard : 2
- Huile d'olive : 40cl
- Coriandre, basilic : 1/2 botte
- Mesclun de salade : 1 sachet
- Citron : 1
- Orange : 1/2
- Vinaigre balsamique : 30cl
- Fleur de sel, poivre du moulin

Base

- Faire congeler les magrets, puis les faire décongeler partiellement.
- Retirer le gras au couteau.
- Découper les magrets en fines tranches et les disposer en rosace dans les assiettes.

Marinade

- Dans un bol, mélanger le jus de citron et d'orange, le vinaigre balsamique, l'huile d'olive, la coriandre et le basilic finement ciselé. Saler et poivrer.

Montage et décoration

- Badigeonner les tranches de canard avec la marinade. Filmer et laisser au réfrigérateur minimum 1 heure.
- Au moment de servir, mettre une poignée de mesclun sur les tranches au milieu de chaque assiette. Verser dessus le reste de votre marinade, puis servir.



Imprimé sur papier PEFC, issu des forêts gérées durablement

LA SUGGESTION DU CAVISTE ANJOU ETIENNE NICOLAS 2015

AOP ANJOU ROUGE
Nez de fruits noirs
avec des notes florales
de violette et de lilas.
Corsé, caractère sur
une pointe épicée, des
tannins savoureux.

Pourquoi cette alliance ?
La texture du canard et
son accompagnement
relevé trouveront dans ce
vin de caractère le partena-
ire idéal.

Retrouvez toutes les recettes de Nicolas sur recettes.nicolas.com



Le petit plus de...

Marie Alix Dager de Caulaincourt et Hanna Holtz apprenties en CAP Cuisine - formation adulte (EPMT).

« Pour obtenir des tranches très fines, utiliser une mandoline ».