

Parmentier de canard au panais

Préparation : 20 min

cuisson 35 min

Pour 4 personnes :

4 cuisses de canard confites

400 g de panais

300 g de pommes de terre

20 cl de lait

10 cl de crème liquide

30 g de beurre (+ pour les contenants)

Quelques cerneaux de noix ;

1 c. à s. de chapelure ; 1c.à s. d'huile d'olive ; 1 c. à s. de vinaigre de cidre ; sel, poivre

1. Lavez, épluchez, coupez en morceaux les panais et les pommes de terre. Faites cuire pendant 20 min. dans un grand volume d'eau bouillante salée.
2. Egouttez et écrasez les panais et les pommes de terre, incorporez 30 g de beurre dans le mélange encore chaud puis ajoutez le lait et la crème, remuez, salez, poivrez et réservez.
3. Préchauffez le four à 200°C. Enlevez la peau des cuisses de canard, effilochez la chair et répartissez-la dans 4 ramequins individuels ou dans un plat à gratin préalablement beurrés.
4. Recouvrez le canard de purée, ajoutez quelques cerneaux de noix concassés et saupoudrez de chapelure. Additionnez d'une pointe de beurre et enfournez pour 15 minutes.

Servez accompagné d'une salade d'endives avec des pommes et des noix.

Filet de saumon et crème de paprika

Préparation 30 min

cuisson 40 min

Pour 4 personnes :

4 filets de saumon d'environ 150 g sans peau

4 petits artichauts

1 jus de citron

2 gousses d'ail ; quelques branches de thym

25 cl de crème fraîche

80 g de tomates séchées ; 2 c. à soupe de câpres

1 c. à s. de paprika ; huile d'olives, sel, poivre

1. Rincez les câpres. Nettoyez les artichauts (ou prenez des artichauts en conserve ou surgelés.) Coupez-les en quartiers et plongez-les dans l'eau. Ajoutez le jus de citron. Laissez cuire pendant 15 min.
2. Egouttez les artichauts quand le cœur est moelleux, et faites-les dorer avec un peu d'huile et 1 gousse d'ail pelée dans une poêle bien chaude. Salez et faites-les cuire à feu vif pendant 8 minutes.
3. Coupez les tomates séchées en bandes. Faire dorer les filets de saumon avec un peu d'huile 2 minutes de chaque côté à feu vif. Vous pouvez utiliser la même poêle que pour les artichauts. Réservez.
4. Remettez 1 filet d'huile dans la poêle, et faites-y frire les tomates séchées égouttées, les câpres et la gousse d'ail restante, pelée et écrasée. Ajoutez la crème et le paprika, salez, poivrez et mélangez pendant 1 min.
5. Ajoutez les filets de saumon et les artichauts. Laissez cuire 10 minutes. Parsemez de thym. Servez bien chaud.

Version express : Zappez la préparation des artichauts et remplacez-les par 250g de champignons de Paris, juste nettoyés et coupés en quatre. Vous les ajouterez crus à l'étape 4