



PURÉE DE TOPINAMBOURS, CUISSE DE CANARD ET SAUCE À L'ORANGE AVEC DES CHAMPIGNONS BLONDS ET DES AMANDES



Topinambour



Cuisse de canard confite ✱



Amandes effilées



Oignon



Pain d'épices



Champignons blancs ✱



Romarin frais ✱



Oranges à jus



Orange



Anis étoilé



Mascarpone ✱



Cresson roquette ✱

Total pour 2 personnes :
35 min.

Facile

Consommer dans
les 5 jours

Le topinambour est un légume oublié délicieux dans une soupe ou une purée. Il appartient à la même famille que la pomme de terre, mais est beaucoup plus petit, c'est pourquoi on l'oublie souvent. Mais heureusement, pas aujourd'hui ! Vous allez réduire les topinambours en purée pour créer la base du plat. Faites-nous savoir si la recette vous a plu ! Pour d'autres préparations à base de topinambours, rendez-vous sur notre blog.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé, casserole avec couvercle, poêle, petite casserole et mixeur plongeant.

Recette de purée de topinambours, cuisse de canard et sauce à l'orange : c'est parti !



1 PRÉPARER LA PURÉE

Préchauffez le four à 200 degrés. Dans la casserole, portez une grande quantité d'eau à ébullition pour les **topinambours**. Préparez le bouillon. Épluchez les **topinambours** et coupez-les en petits morceaux. Faites-les cuire 15 à 20 minutes jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égouttez-les et réservez-les sans couvercle. Moulinez-les à l'aide du mixeur plongeant jusqu'à obtenir une texture homogène, puis salez et poivrez ★. Maintenez ensuite au chaud à feu doux jusqu'au service. Remuez de temps en temps.



4 PRÉPARER LA SAUCE

Dans la petite casserole, faites chauffer ½ cs de beurre par personne à feu doux et faites revenir l'**oignon** 3 à 4 minutes. Arrosez avec ½ cs de vinaigre de vin rouge par personne, le bouillon et le **jus d'orange**. Ajoutez l'**anis étoilé**, le **pain d'épices** et 1 cc de sucre par personne. Augmentez le feu et laissez le tout réduire 6 à 8 minutes ★★. Ajoutez les morceaux d'**orange** à la sauce juste avant de servir.

★**CONSEIL** : Si vous avez du mal à mixer les topinambours, utilisez un verre gradué.



2 CUIRE LE CANARD

Disposez la **cuisse de canard confite** sur la plaque recouverte de papier sulfurisé. Enfouissez-la 20 à 22 minutes. Faites chauffer la poêle à feu vif et faites dorer les **amandes effilées** à sec. Réservez-les hors de la poêle.



5 CUIRE LES CHAMPIGNONS

Faites chauffer ½ cs de beurre à feu moyen-vif dans la poêle utilisée pour les **amandes**. Faites cuire les **champignons** et le **romarin** 6 à 8 minutes. Salez et poivrez ★★★. Pendant ce temps, incorporez le **mascarpone** à la **purée de topinambours**.

★★★**CONSEIL** : La vitesse à laquelle la sauce réduit dépend fortement de la poêle que vous utilisez. Plus sa surface est grande, plus le liquide s'évapore rapidement et donc plus la sauce réduit vite.



3 COUPER

Émincez l'**oignon** et émiettez le **pain d'épices**. Coupez les **champignons** en quartiers. Détachez les feuilles de **romarin** des brins et ciselez-les. Pressez l'**orange à jus**. Épluchez l'**orange**, puis coupez la chair en morceaux.



6 SERVIR

Servez la **purée** et disposez la **cuisse de canard confite** par-dessus. Mettez les **champignons** par-dessus, puis garnissez avec les **amandes effilées** et le **cresson roquette**. Présentez la **sauce à l'orange** en accompagnement.

★★★**CONSEIL** : Le fait de cuire les champignons à feu vif permet de bien les dorer à l'extérieur sans qu'ils perdent trop d'humidité. Remuez bien pour éviter qu'ils ne brûlent.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Topinambour (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Cuisse de canard confite (pc) *	1	2	3	4	5	6
Amandes effilées (g) 8) 19) 25)	10	20	30	40	50	60
Oignon (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Pain d'épices (pc) 1) 22)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Champignons blancs (g) *	125	250	375	500	625	750
Romarin frais (brins) *	1	1	1	1	2	2
Oranges à jus (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Orange (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Anis étoilé (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Mascarpone (g) 7) *	25	50	75	100	125	150
Cresson roquette (bac) 10) *	⅓	⅔	1	1⅓	1⅔	2

À ajouter vous-même

Bouillon de bœuf (ml)	30	60	90	120	150	180
Beurre (cs)	1	2	3	4	5	6
Vinaigre de vin rouge (cs)	½	1	1½	2	2½	3
Sucre (cc)	1	2	3	4	5	6
Poivre et sel	Au goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	4276 / 1022	577 / 138
Lipides (g)	64	9
Dont saturés (g)	32,5	4,4
Glucides (g)	63	9
Dont sucres (g)	15,7	,1
Fibres (g)	9	1
Protéines (g)	41	6
Sel (g)	1,1	0,2

ALLERGÈNES

1) Céréales contenant du gluten 7) Lait/lactose 8) Noix 10) Moutarde
 Peut contenir des traces de : 19) Cacahuètes 22) Noix 25) Graines de sésame

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.

