



CANARD SAUVAGE AUX FIGUES ET A LA POLENTA

par Jean Joël Bonsens Restaurant « Chez Christophe »
Amsterdam

Nbre de personnes : 2

Ingrédients

1 canard sauvage (Colvert) de 400/500 gr environ
2 cuillerées de miel
4 figues
20 cl de vin de Banyuls
40 cl de vin rouge
3 petites noix de beurre
4 échalotes
35 gr de polenta
¼ de litre de lait
Quelques grains de maïs en boîte
1 cuillerée de crème fraîche
¼ de litre de fond de canard
20cl de bouillon de veau
Quelques gouttes d'huile de romarin (facultatif)
Une cuillerée de farine
Bouquet garni
2 grosses cuillerées à soupe de carottes, oignons et poireau émincés.

Réalisation

Sauce au Banyuls

Faire revenir dans une noix de beurre les échalotes émincées et les blondir. Déglacer avec le Banyuls et réduire à sec. Rajouter le ¼ de litre du fond de canard et les 20cl de bouillon de veau. Réduire à consistance sirupeuse. Passer au chinois.

Cette sauce peut être préparée à l'avance (elle est aussi bonne réchauffée).

(Si préparation du fond de canard : mijoter dans un bouillon de volailles 2,3 carcasses de canard (ou de volailles), avec des carottes, oignons, poivre noir, ail, thym et laurier).

Polenta

Chauffer le lait, verser la polenta en pluie, laisser cuire 20 minutes en remuant constamment. La consistance doit devenir très crémeuse. Ajouter en fin de cuisson une cuillerée de crème fraîche et quelques gouttes d'huile de romarin. Ajouter les grains de maïs (ils donnent un peu de matière en bouche).

La polenta peut être préparée à l'avance, réchauffée au bain marie ou au micro ondes.

Civet de canard.

Enlever les cuisses du canard (garder le reste de la carcasse entière et mettre de côté). Les faire revenir (côté peau surtout), rajouter le bouquet garni, les carottes, oignons, poireau, et laurier. Ajouter la cuillerée de farine, blondir, déglacer avec le vin rouge. Faire cuire ¾ heure à feu doux.

Retirer les os des cuisses en veillant à garder la forme du pilon. Mettre de côté.

Figues

Retirer le pédoncule, inciser en croix sur le dessus, verser sur le dessus le miel avec un peu de beurre, dorer 10 minutes à four chaud.



CANARD SAUVAGE AUX FIGUES ET A LA POLENTA

par Jean Joël Bonsens Restaurant « Chez Christophe »
Amsterdam

Magrets

A même la carcasse, colorer les deux magrets à la poêle, terminer à four pas trop chaud (150°) 10 minutes.

Retirer les magrets de la carcasse, laisser reposer 10 minutes.

Lever les filets, décoller la peau, les émincer, assaisonner avec un peu de fleur de sel et de poivre.

Finition&Dressage

Poêler les deux cuisses pour leur donner du croustillant. Assaisonner de sel et de poivre.

Former deux quenelles de polenta pour chaque plat, les poser à côté des figues sur le haut de l'assiette. Au centre, le filet émincé avec la cuisse posée à califourchon. Arroser le filet et la cuisse de sauce au Banyuls.

Le mot du Chef :

Le jus du civet restant peut se réutiliser par la suite, il n'en sera que meilleur.

Ellen, la sommelière de « Chez Christophe », recommande un bon Corbières pour accompagner le plat.