

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 25 (1995)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Cuisine : canard aux raves safranées

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Canard aux raves safranées

(pour 6 personnes)



Photo P.-M. Delessert

## Ingrédients:

2 canards nantais vidés de 1,8 kg;  
5 dl de fond de canard; 1 kg de raves  
violette; 2 c.s. de fond de volaille;  
2 g de safran en poudre; 80 g de  
beurre; huile, filament de safran,  
citron, sel et poivre du moulin.

## Préparation:

1. Pelez les raves. Coupez-en 6 à 2,5 cm du fond, puis creusez ces fonds en leur donnant la forme de fonds d'artichaut. À l'aide d'une cuillère à pommes parisiennes, faites des boules avec tout le reste des raves. Faites cuire les fonds et les boules à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'une lame de couteau les traverse sans résistance. Egouttez-les et gardez en attente.

2. Pour la sauce, mettez le fond de canard (ou fond brun) dans une cas-

serole et portez sur grand feu, faites réduire à 3 dl et gardez en attente.

3. Mettez dans une casserole moyenne 2 c.s. de fond de volaille, le safran en poudre et 30 g de beurre, faites cuire 2 min. et gardez en attente.

## Cuisson et finition:

1. Préchauffez le four au maximum, 20 min. à l'avance.

2. Assaisonnez les canards. Faites fortement chauffer 1 c.s. d'huile dans une lèchefrite. Déposez-y les 2 canards sur le côté, laissez 3 min., retournez sur l'autre cuisse et laissez 3 min. Enfouissez la lèchefrite dans le four très chaud. Laissez cuire les canards 9 min. sur chaque cuisse, puis 4 min. sur le dos. Retirez-les sur un plat et laissez-les reposer 10 min. sur la porte ouverte du four éteint.

3. Amenez à ébullition la casserole de beurre et safran et faites-y glacer les fonds et les boules de raves à feu moyen jusqu'à ce que tout soit bien enrobé et bien jaune.

4. Amenez la sauce à ébullition et montez-la au fouet en lui incorporant 50 g de beurre froid en morceaux. Assaisonnez et ajoutez 3 gouttes de jus de citron.

## Présentation:

Présentez les canards sur un plat de service chaud. Remplissez les fonds de rave avec des boules, disposez-les autour des canards. Parsemez deux ou trois filaments de safran sur les boules de rave. Garnissez à volonté le plat avec deux brins de persil plat.