

Recette : magret de canard aux épices douces

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Générations : aînés**

Band (Jahr): **35 (2005)**

Heft 5

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Recette pour 4 personnes

Magret de canard aux épices douces

A Saint-Luc, astronomie et gastronomie font bon ménage. Esther Salamin, tenancière du Café-restaurant de La Poste nous dévoile une de ses recettes préférées.

«De l'astronomie à la gastronomie», telle est la devise du Café-restaurant de La Poste à Saint-Luc. Depuis 1989, Esther Salamin propose des menus sur un thème alliant le goût et l'univers. «Il y a quelques années, plusieurs restaurants de la station proposaient des menus planétaires, mais avec le changement de tenanciers, l'idée a peu à peu été abandonnée; nous avons tenu à conserver cette tradition», affirme la patronne. Les menus astronomiques, servis généralement en soirée, changent

au gré des saisons. Voici une recette de magret de canard, tout à fait sidérante.

TEMPS DE PRÉPARATION: 30 MINUTES

Ingédients: 2 magrets de canard de 350 g, 1 dl de Dôle, 1 dl fond de volaille, 1 c. c. de miel, gingembre, paprika, thym, muscade, poivre et sel, év. myrtilles.
Pommes darphin: 4 pommes de terre, 1 c. s. de beurre, 1 c. s. d'huile. Légumes du jour (courgettes, carottes, épinards, chou-fleur).

Préparation: mariner, durant une heure, les magrets dans le vin rouge additionné de gingembre, les parer et strier la peau, saisir les magrets côté peau en premier (5 min de chaque côté), les retirer et les laisser au chaud (60 degrés). Déglacer avec un peu de vin rouge et le fond de volaille, ajouter les épices et le miel, laissez réduire. Râper les pommes de terre et les



griller dans la poêle, ajouter poivre et sel. Préparer les légumes, griller les courgettes à l'huile d'olive et cuire les autres légumes.

Boisson: servir avec une Dôle du Valais.

Le Valais vu par Skyll

