

FOIE DE CANARD CUISINÉ COMME UNE BOUILLABAISSE

Recette pour quatre personnes

Ingrédients

Pour la soupe

Carcasses de canard	1 pièces
Cous de canard	6 pièces
Ailerons de canard	6 pièces
Tomates (le plus mûres possible)	500 gr
Fenouil émincés	100 gr
Oignons émincés	200 gr
Safran	4 gr
Thym sec	3 brins
Fenouil sec	3 brins



Pour la garniture

Foie gras de canard	1 pièce de 500 gr
Poulpe	1 pièce de 1 kg
Oignons	100 gr
Carottes	100 gr
Ail	50 gr
Pommes de terre	400 gr
Ail	100 gr
Tomates cerise (petites)	8 pièces

La recette

Pour la soupe :

La réalisation de la soupe peut se réaliser la veille, elle n'en sera que meilleure réchauffée.

Au four à 220°, faire dorer la carcasse de canard avec les cous et les ailerons.

Lorsqu'ils sont très colorés, les concasser grossièrement avec un gros couteau.

Dans une cocotte, faire dorer les oignons, ajouter le fenouil, l'ail épluché, le thym, le fenouil sec puis les tomates mûres coupées en gros quartiers.

Terminer en assaisonnant de sel, poivre blanc moulu et le safran.

Ajouter les pièces de canard bien rôties.

Mouiller à l'eau froide jusqu'à hauteur et porter à ébullition.

Ecumer de temps en temps et laisser mijoter doucement pendant 1 heure 30 environ.

A ce terme tous les goûts et les parfums doivent s'exprimer, le canard doit s'affirmer sans se laisser envahir par les tomates et le fenouil.

Tout réside dans le respect de l'équilibre.

Au terme de la cuisson, ôter tous les os et brindilles à l'aide d'une écumoire puis passer la soupe au moulin à légumes pour en garder le goût mais aussi la texture.

La soupe est prête, rectifier l'assaisonnement et réserver.

Pour le poulpe :

Il est préférable pour que le poulpe soit tendre de lui faire passer une nuit dans le congélateur. Cela aura pour but de casser les fibres. Le décongeler, le laver abondamment et le placer dans une cocotte avec l'oignon et la carotte et l'ail.

Porter à ébullition, écumer rapidement puis baisser le feu au point d'une très timide ébullition.

Mener cette cuisson de 45 à 60 minutes maximum.

Egoutter ensuite le poulpe, le débarrasser lorsqu'il est encore chaud des plus grosses ventouses.

Ne garder que les tentacules pour cette recette que l'on place encore chaudes au fond d'une terrine bien serrées.

Placer un poids au dessus et réserver une nuit au frigo.

Le lendemain les tentacules seront prise en un bloc compact, couper des tranches très fines au couteau ou à l'aide d'un trancheur.

Eplucher les pommes de terre, les tailler en petits dés de 5 mm de côté et les réserver dans un bol d'eau.

Couper le foie gras en tranches d'un centimètre d'épaisseur, réserver au frais.

Finitions et dressage :

Porter la soupe à ébullition, ajouter les dés de pommes de terre.

Lors qu'ils sont cuits, ajouter les tomates cerise entières.

Parallèlement, faire chauffer une poêle antiadhésive, lorsqu'elle est très chaude, déposer les escalopes de foie gras.

Cuire à feu très fi de chaque côté.

Dresser les pommes de terre au centre d'une assiette creuse, ajouter dessus le foie gras puis les tomates cerise. Terminer en recouvrant de soupe brûlante.

Contrairement à une bouillabaisse, on ne servira pas de rouille, le foie gras amènera suffisamment d'onctuosité.