

# Magret de Canard Séché de ma Grand-Mère

*Pour un magret séché :*

- **1 beau magret de canard**
- **1 kg de gros sel**
- **du poivre moulu**
- **des herbes de Provence (ou juste du thym)**

1. Nettoyer le magret sous un filet d'eau puis bien le sécher dans un torchon.
2. Dans une boîte hermétique, de préférence en verre, ajouter une couche de gros sel de 3/4 cm d'épaisseur.
3. Disposer le magret côté viande sur le gros sel. Recouvrir entièrement celui-ci avec le reste de gros sel.
4. Fermer la boîte puis la disposer au fond du frigo dans le bac à légumes pendant 30 heures.
5. Une fois le temps passé, sortir le magret du sel puis le rincer abondamment à l'eau fraîche puis bien le sécher avec un torchon ou du papier absorbant.
6. Poivrer généreusement le magret sur toutes les faces puis le déposer dans un torchon.
7. Le saupoudrez légèrement d'herbes de Provence sur toutes les faces puis l'enrouler dans le torchon.
8. Disposer le tout dans le bac à légumes du frigo puis laisser sécher pendant 1 mois : c'est prêt ! ☐

☐ Ce magret séché, taillé en fines tranches, agrémentera n'importe quelle salade ou encore aura une très bonne place dans un plateau de charcuterie.

Une fois assez sec, selon vos goûts, il est possible de le garder plusieurs semaines et même plusieurs mois, enroulé dans du film alimentaire. ☐

Cette recette me vient directement de ma grand-mère, c'est donc une valeur sûre ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Gratin de Pommes de Terre au Canard

*Pour 6 personnes :*

- **1 kg de pommes de terre (type Monalisa)**
- **1 boîte de confit de canard (contenance 4/5 cuisses et/ou manchons)**
- **40 cl de crème fraîche liquide**
- **sel, poivre**

1. Préchauffer le four à 210° en chaleur tournante.
2. Sortir les cuisses ou manchons confits de leur boîte : si besoin les tremper quelques minutes dans l'eau très chaude pour en retirer totalement la graisse.
3. Dissocier la viande des os puis l'effiloche et la réserver dans un saladier.
4. Éplucher et laver les pommes de terre puis les couper finement à la mandoline (voir à la fin de la recette, j'indique la mandoline que j'utilise).
5. Dans un plat à gratin, déposer une couche de viande de canard ensuite une couche de pommes de terre puis assaisonner.
6. Renouveler l'opération précédente jusqu'à arriver à hauteur du plat et en terminant par une couche de pommes de terre.
7. Verser la crème fraîche sur l'ensemble de la préparation puis assaisonner en sel et surtout en poivre.
8. Enfournier pour 1h30 de cuisson : c'est prêt ! ☐

☐ Ce gratin de saison et typique du Sud-Ouest au vue de ses ingrédients, vous aidera à surmonter les saisons froides et apportera de la chaleur et de la bonne humeur dans vos repas ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## Cœurs de Canard en Persillade de ma Grand-Mère

*Pour 6 personnes :*

- **1 kg de cœurs de canard**
- **3 gros oignons doux (type Mulhouse)**
- **1 bouquet de persil**
- **3 cuillères à café de graisse de canard**
- **sel, poivre**

1. Couper les cœurs de canard en deux en prenant soin d'enlever la grosse veine. Les rincer légèrement à l'eau du robinet. Réserver.
2. Éplucher et émincer les oignons puis réserver.
3. Laver le persil puis le ciseler finement. Réserver.
4. Dans une poêle bien chaude, faire fondre la graisse de canard puis ajouter les cœurs.

5. Faire dorer les cœurs de chaque côté puis ajouter les oignons, baisser le feu.
6. Laisser cuire le tout en remuant de temps en temps jusqu'à ce que les oignons soient légèrement confits : les cœurs seront parfaitement cuits !
7. En fin de cuisson et au dressage, ajouter le persil et assaisonner à votre convenance : c'est prêt ! ☐  
  
☐ Comme dans le cochon, tout est bon dans le canard ! ☐ Ce plat régional et absolument succulent, se dégustera soit en apéritif en guise de tapas ou encore en plat principal avec du bon pain ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



---

## La Sanquette de ma Grand-Mère

*Pour 3/4 personnes :*

- **Le sang de deux volailles (poulet, canard...) ou l'équivalent en sang de porc**
- **2 gousses d'ail**
- **100 g de lardons**
- **1 œuf**
- **1 bouquet de persil**
- **1/4 de baguette peu rassis**
- **sel et poivre**

1. Hacher les gousses d'ail et le persil grossièrement puis réserver.
2. Couper le morceau de baguette en tranches fines puis réserver.
3. Faire revenir les lardons dans une poêle jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
4. Battre l'œuf puis l'incorporer au sang.
5. Dans un plat creux, étaler le pain avec les lardons, l'ail et le persil. Verser ensuite le sang par dessus jusqu'à recouvrir l'ensemble. Assaisonner généreusement en sel et en poivre.
6. Mettre le tout au frais, recouvert d'une feuille de papier aluminium, pendant 1h au minimum.  
Vous pouvez également effectuer cette préparation la veille de la cuisson.
7. Dans une poêle bien chaude, faire glisser la galette de sang coagulé. Cuire 8 à 10 minutes sur chaque face jusqu'à ce qu'elles soient bien grillées.
8. Assaisonner de nouveau en sel et en poivre : c'est prêt ! ☐

☐ Pensez à servir le tout bien chaud, accompagné d'une salade verte de saison ! ☐

C'est une recette qui m'a été transmise par ma Grand-mère et je dois vous avouer que c'est certainement un de mes plats préférés ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

