

Magret laqué - La fourchette gourmande

http://familyscook.canalblog.com/archives/2012/12/16/25478490.html

December 17, 2012

~~

Pour 3 magrets :

Vermouth : 1 cuil. à soupe

5 parfums : 1 cuil. à soupe

Miel : 2 (petite) cuil. à soupe

Sauce de soja : 5 cuil. à soupe

Vinaigre blanc : ½ Cuil. à soupe

Maïzena : 1 Cuil. à soupe

Huile neutre : 1 cuil. à café

Ail : 2 gousses écrasées

et n'oublions pas les magrets.



Mélanger tous les ingrédients. Piquer la peau du canard, puis l'ébouillanter quelques secondes. Les sécher avec un torchon.

Badigeonner les magrets de marinade, envelopper chaque magret mariné de film étirable. Bien répartir la marinade sur les 3 magrets.

Laisser mariner une nuit entière. Sortir les magrets du film étirable, faire une paillette avec du papier cuisson (une papillote par magret). Préparer votre cuit vapeur, lorsque l'eau bout mettre les papillotes dans le panier et cuire 10 min pour un magret rosé.

Sortir les papillotes et laisser reposer 5 à 10 min avant de déguster.

Servir les magrets avec du riz parfumé arrosé du jus de cuisson. Miam...!

Cette fois-ci nous avons dégusté les magrets dans la soupe : le Phở [Recette ici](#). Il faut suivre la recette du bouillon avec le bœuf. Mais pour le service on remplace le bœuf cuit et cru par le canard laqué. On ajoute aussi le jus de cuisson du canard.

Le phở prononcé presque comme « feu » est le plat national vietnamien par lequel débute toute journée et qui peut se consommer à tout moment de la journée. Il est très représentatif de la cuisine vietnamienne.

La base est faite de nouilles de riz dans un bouillon de bœuf cuit pendant des jours si possible. On y ajoute de la viande de bœuf cru coupée en fines tranches (elles vont cuire au contact du bouillon chaud). On assaisonne le phở à la dernière minute de jus de citron, de feuilles de basilic thaï, de coriandre, de ciboulette asiatique et de rondelles de piment oiseau. Un bol d'oignons

au vinaigre est laissé à disposition pour accompagner le phở .