

Carpaccio de magret de canard et de mangue

Temps de préparation : 40 min – Cuisson : 5 min

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 1 magret de canard cru surgelé
- 1 grosse mangue
- 60 g de noisettes entières
- Quelques pulvérisations d'huile de noisette
- 6 càc de sauce soja salée
- 6 brins de coriandre
- Sel et poivre

Etapas de préparations :

- 1) Sortez le magret de canard du congélateur 2h avant la découpe et laissez-le au réfrigérateur. Epluchez la mangue et détaillez-la en fines lamelles ou en petits dés. Torréfiez les noisettes 5 min dans une poêle chaude. Laissez-les refroidir, puis frottez-les entre vos mains pour ôter leur peau, concassez-les grossièrement.
- 2) Mélangez l'huile de noisette et la sauce soja. Salez un peu (attention la sauce soja est déjà suffisamment salée) et poivrez.
- 3) Peu de temps avant de passer à table, préparez le carpaccio.
Retirez la couche de gras du magret de canard, puis, à l'aide d'un couteau tranchant, détaillez le magret en très fines tranches. Déposez-les au fur et à mesure dans des assiettes. Ajoutez les lamelles de mangue et les noisettes. Arrosez de vinaigrette et parsemez de feuilles de coriandre ciselées.
Réservez au frais jusqu'au moment de servir.

