



présente

Recette

Magret de canard, Asie

Energie : Kung Fu Funk



4 personnes

préparation 15 min

Ingrédients:

. Magrets de canard	2 pièces	. Noix de cajou	100 g
. Germe de soja	100 g	. Crème de sésame blonde	40 ml
. Graines de sésame	15 g	. Citrons verts ou kumbuva	2 pièces
. Coriandre fraîche	1 botte	. Huile d'olive	Un filet



Etapes :

- 1- Dégraisser légèrement les magrets de canard
- 2- les couper en cubes
- 3- Poêler les cubes de canard à feu vif puis les noix de cajou. Débarrasser, piquer les morceaux de canard à l'aide des baguettes.
- 4- Effeuille la coriandre
- 5- Rincer les germes soja et assaisonner avec la coriandre, les graines de sésame, la fleur de sel et les noix de cajou. Ajouter un filet d'huile d'olive.
- 6- Dresser l'assiette avec les brochettes, la salade et la crème de sésame puis zester le citron vert.

Notes perso

Le + PYREX

