

Canard au chou

Un mariage de goût





Ingrédients :

- 1 Canard ou Cane

- 1 Chou vert
- 3 Carottes
- 1 Oignon
- 2 Gousses d'ail
- 200 g de lardons
- 1 Bouquet garni
- Huile d'olive
- Beurre
- Sel
- Poivre du moulin
- Moutarde

Ustensiles :

- Cocotte
- Grand faitout

Préparation :

- Oter les feuilles abimées du chou, le couper en quatre
- Eliminer le trognon, laver le et le blanchir 10 mn dans l'eau bouillante salée
- Faire dorer le canard dans la cocotte dans un mélange huile d'olive et beurre
- Couper les carottes et l'oignon en rondelles
- Quand la volaille est dorée la retirer de la cocotte
- Mettre dans graisse de cuisson les lardons, les carottes et l'oignon
- Ajouter le chou blanchi et égoutté et laisser suer 10 mn
- Verser 50 cl d'eau chaude, saler, poivrer, les gousses d'ail pelées et bouquet garni
- Remettre le canard
- Laisser cuire 1h 15 mn lentement à couvert
- Dresser le canard dans un grand plat creux entouré des légumes
- Servir avec de la moutarde

Bon appétit !