

Etréchy

ensemble et solidaires

etrechyensembleetsolidaires@gmail.com

<http://www.etrechyensembleetsolidaires.fr/>.

<https://www.facebook.com/pages/Etrechy-ensemble-et-solidaires/>.

10 rue de la Butte St Martin, 91580 ETRECHY 07-82-80-66-13

Etréchy, le 07/12/2020.

Fêtons le canard élevé dans nos régions.

Magret séché

Ingrédients :

1 magret de canard de 500 g environ débarrassé des petites peaux blanches,

650 g de gros sel et 350 g de sucre cristal,

poivre moulu et/ou 5 baies moulues ou piment d'Espelette ou épices ou herbes de Provence.

Préparation : bien mélanger le sel et le sucre

Dans un récipient juste un peu plus grand que le magret verser 1/3 du mélange, déposer le magret, peau sur le dessus.

Recouvrir du reste du mélange. Couvrir ou filmer.

12 h après, sortir le magret. Rincer le soigneusement. Essuyer parfaitement.

Masser avec le poivre ou les épices ou aromates choisis.

Plier dans un torchon.

Placer dans le bac à légumes du frigo. Retourner de temps en temps.

3 semaines après découper de fines tranches régulières. La peau grasse peut avoir été enlevée avant.

Utilisations : apéro, canapés, salades composées, verrines, etc..