

## **CANARD A L'ORANGE et POMMES DUCHESSÉ (Recette pour 4 personnes)**

**Canette de 1,2 kg environ, vidée, ficelée, nettoyée avec les abats (séparément)**

**Sauce :**

- 2 oignons, 2 carottes
- 5 oranges à jus (4 pour la sauce, 1 pour le décor)
- sel, poivre
- 5 cl environ de vinaigre blanc
- 75 g de sucre
- environ 20 cl de vin blanc
- 10 cl de liqueur à base d'orange (Maborange, Grand-Marnier, Cointreau...)
- une boîte de fond de veau déshydraté
- beurre (environ 100 g), farine

**Pommes de terre duchesse :**

- 1 kg de pommes de terre épluchées (environ 1,2 kg avec la peau)
- 4 jaunes d'œuf
- beurre : environ 100 g
- sel, éventuellement muscade

-----  
**Préparations préliminaires :**

Préchauffer le four à 200 °C.

Préparer une « mirepois » carottes + oignons : éplucher les carottes et les oignons, découper en petit dés de 0,5 cm maximum, et réserver.

Récupérer les zestes de deux oranges en les pelant à blanc. Puis couper les zestes en fines lamelles. Mettre les zestes dans une casserole, les recouvrir d'eau froide, et porter à ébullition 2 minutes environ. Puis égoutter les zestes, et recommencer l'opération (recouvrir d'eau froide à nouveau, puis saupoudrer d'une bonne cuillère à soupe de sucre, et refaire bouillir 2 minutes). Puis égoutter les zestes, les réserver et arroser les zestes de liqueur (Maborange ou Grand-Marnier, ou Cointreau). Mettre de côté. Ces zestes seront utilisés pour le décor final.

Peler à vif (en enlevant toute la peau blanche) les deux oranges utilisées pour faire les zestes (utiliser un couteau bien aiguisé, et couper les deux extrémités de l'orange pour avoir une assise stable pour la découpe de la peau). Lever des quartiers d'orange sans leur membrane, en glissant le couteau entre les quartiers d'orange. Se mettre sur un récipient pour récupérer le jus d'orange, et en fin d'opération presser, dans le récipient, le jus restant sur le reste de l'orange. Les quartiers ainsi formés (« suprêmes d'orange ») sont mis de côté (ils seront utilisés également pour la présentation finale).

Presser deux autres oranges pour en extraire le jus, et le réserver pour la sauce, dans le même récipient que le jus déjà récupéré en levant les suprêmes d'orange.

Enfin, avec un « cannelureur » (petit ustensile utilisé pour faire des cannelures) dessiner des cannelures (« historiser ») à la surface de la cinquième orange (les zestes ainsi dégagés ne sont pas conservés). Puis couper l'orange en deux, et découper chaque moitié en lamelles assez fines qui seront réservées pour la présentation finale.

Eplucher les pommes de terre (ne pas les couper), les laver, et les mettre à cuire dans un grand volume d'eau froide, salé avec une petite poignée de gros sel, et couvert.

## **Préparation de la canette (ou du canard) :**

Saler, intérieurement et extérieurement, la canette entière (sans défaire les ficelles).

La placer sur le côté (sur la cuisse) dans un plat à four, et recouvrir de plusieurs morceaux de beurre.

Enfourner quand le four est bien à 200 °C.

La cuisson dure environ 50 mn : à mi-cuisson (environ 25 mn), retourner la canette (la placer sur l'autre cuisse) et simultanément, ajouter, dans le plat à four, environ la moitié de la mirepois préparée au préalable.

Pour savoir si la cuisson est terminée, piquer avec une fourchette sous la cuisse. Si du sang s'écoule encore de la fourchette, prolonger la cuisson. A défaut, si le jus qui s'écoule est blanc, la cuisson est terminée. Débarrasser alors la canette dans un autre plat (tête en bas, pour que le jus reste dans la canette).

« Déglacer » le fond du plat de cuisson avec un verre de vin blanc, remuer et gratter avec une spatule en bois, puis réserver ce jus de cuisson pour la sauce (voir plus loin).

Quand la canette a un peu refroidi, la découper (voir le film de la découpe). Une canette convient pour 4 parts : 2 cuisses + contre-cuisses avec quelques filets, et les deux ailes avec quelques filets.

En gros (mais mieux vaut une vidéo, et surtout la pratique), la découpe suit les étapes suivantes :

- petite entaille pour désolidariser cuisses et contre cuisses
- séparer la partie arrière (les deux cuisses et contre-cuisses) de la partie avant (ailes et blanc)
- sur la partie avant extraire, avec les doigts, le bréchet de la canette, puis en glissant les doigts entre carcasse et blanc, extraire la carcasse, et séparer les deux morceaux « ailes + blancs »
- lever des filets sur le blanc, solidaire de l'aile. Supprimer la partie avant de l'aile.
- séparer les deux morceaux « cuisses + contre cuisses »
- disposer dans un plat (ou en assiette) les quatre parts ainsi dégagées : 2 cuisses/contre cuisses et quelques filets, et 2 ailes/restes de blanc + quelques filets.

La canette ainsi découpée peut être, si elle est préparée à l'avance, réchauffée avant le service : au four, couvert d'un papier d'aluminium, environ 10 à 15 mn dans un four préchauffé à 130 °C.

## Sauce à l'orange :

Dans une sauteuse assez grande, dans un mélange d'huile et de beurre (pour une meilleure coloration), faire revenir les abats (foies et cous). On n'utilise pas les gésiers.

Laisser revenir à feu assez vif, jusqu'à ce que les abats aient pris une belle couleur brune. Ajouter alors le reste de la mirepois et continuer de faire revenir la mirepois et les abats (compter environ une demi-heure à feu moyen). Saupoudrer d'une bonne cuillère à soupe de sucre pour faire caraméliser les abats.

Quand bien revenu, « déglacer » au vin blanc (ajouter environ ½ verre de vin blanc dans la sauteuse, et remuer avec une cuillère en bois), et ajouter également une louche du jus d'orange préparé au préalable. Ajouter également le jus de cuisson des canettes (voir ci-dessus), obtenu en ayant déglacé au vin blanc le fond du plat de cuisson. Laisser cuire à frémissement une dizaine de minutes, puis passer au chinois et conserver le jus.

Préparer dans un récipient environ un litre de fond de veau avec du fond déshydraté, de l'eau froide et un fouet (suivre les instructions de la boîte de fond de veau déshydraté). Ne pas saler (le fond de veau est en général déjà salé).

Faire cuire à blanc, dans une autre sauteuse, environ 50 g de sucre semoule, jusqu'à obtenir un caramel assez coloré (entre blond et brun). Ajouter, progressivement, le vinaigre blanc et remuer à la spatule. Puis ajouter le fond de veau et faire bouillir. Enfin, ajouter le jus de la sauteuse qui a cuit les abats et la mirepois et qui a été préalablement passé au chinois.

Laisser bouillir à frémissement un bon quart d'heure, puis ajouter une ou deux cuillères de liqueur à base d'orange (Maborange, Grand-Marnier, Cointreau) et mélanger.

Vérifier l'assaisonnement et la consistance. La sauce doit « napper » le dos d'une cuillère ou d'une louche (*on vérifie le nappage de la sauce en passant le dos d'une louche sur la sauce, et en dessinant un trait avec son doigt. Si le trait reste bien formé, le nappage est correct*). Si la sauce ne nappe pas suffisamment, on complète par l'addition d'un roux.

Pour préparer le roux, faire fondre dans une casserole une grosse cuillère à soupe de beurre, et ajouter, progressivement, en mélangeant avec une spatule, environ une cuillère de farine (torréfiée ou non). **Quand le roux est froid**, l'incorporer progressivement à la sauce, en fouettant pour lier l'ensemble. Cesser d'ajouter du roux quand la sauce « nappe » correctement. *On peut aussi lier la sauce avec un « beurre magné » (mélange réalisé à froid entre un morceau de « beurre pommade » et de la farine)*

Dégraisser éventuellement la sauce :

- soit en la laissant refroidir et en retirant la graisse en surface avec une cuillère,
- soit, si ce n'est pas trop gras (ce qui doit être le cas pour cette sauce), en tamponnant la surface avec un sopalin.

## **Pommes de terre duchesse :**

Quand les pommes de terre sont cuites (vérifier avec la pointe d'un couteau), les égoutter, les passer à la moulinette et déposer cette purée sèche dans un plat qui va au four. Enfourner à 130 °C environ de façon à bien faire dessécher cette purée de pomme de terre.

Puis travailler énergiquement, à l'aide d'une spatule (ou au batteur équipé du crochet) la purée de pommes de terre desséchée dans un récipient, en incorporant progressivement du beurre (consistance « pommade ») et des jaunes d'œuf. On doit obtenir une consistance souple mais qui reste ferme. Vérifier, et le cas échéant compléter, l'assaisonnement (selon les goûts, on peut ajouter un peu de muscade)

Puis former, sur une plaque, à l'aide d'une poche équipée d'une grosse douille cannelée, des dômes arrondis, ou des formes en « S » (*si on le souhaite, on peut disposer sur les pommes de terre ainsi formées, un peu de gruyère râpé, ou quelques amandes effilées*). Puis enfourner à 160 °C pendant 15 mn environ, jusqu'à faire brunir légèrement les pommes de terre duchesse.

*NB : on aurait également pu, avec la purée écrasée additionnée de jaunes d'œuf et de beurre, réaliser des « pommes amandines » : former des petits boudins, les passer successivement dans de la farine, de l'anglaise (jaune d'œuf battu, monté à l'huile, salé et poivré), et un mélange de chapelure et d'amandes hachées. Puis les frire.*

## **Finition-Présentation-Réchauffage :**

Si les morceaux de canette ont refroidi (ou ont été préparés d'avance), les faire réchauffer au four, à environ 130 °C pendant 20 mn, couvert d'un papier d'aluminium.

Si la sauce a refroidi, la faire réchauffer au micro-ondes.

Les pommes de terre duchesse sont à passer au four avant de les servir.

Sur un plat (ou en assiettes), disposer harmonieusement les morceaux de canette, des lamelles d'orange cannelées, les zestes d'orange macérés, les « suprêmes d'orange » (cf préparations préliminaires), quelques pommes de terre duchesse, et un peu de sauce chaude à côté de la canette.

---