

DÉSOSSER UN CANARD

ne veut pas dire "démembrer"



Le canard a une anatomie particulière. Bien que la « canette cuite en deux services » reste une référence culinaire indéniable, cuisses et flans (ou magrets) sont aujourd'hui généralement cuisinés séparément. Il est donc toujours préférable de procéder soi-même à la découpe. Aigüisez vos couteaux et suivez-moi !

LA DÉCOUPE, DÉMONTER SANS DÉTRUIRE

L'opération consiste à détacher les cuisses et le flanc. Les cuisses seront confites, rôties ou farcies, et nécessiteront une cuisson plus longue (à l'étouffée). Quant aux filets (flancs ou magrets pour les canards élevés pour leur foie gras), la cuisson sera plus rapide (sautés ou rôtis). La simplicité n'étant pas ma qualité première, je préfère choisir le canard et le traiter entièrement plutôt que de travailler des morceaux prédécoupés. Dans le domaine privé, envisager de travailler un canard entier traduit une forte volonté de relever quelques défis et de réaliser une belle prouesse ! Toutefois, cela permet d'utiliser la carcasse et les os pour confectionner le jus de rôti ou le fond de sauce nécessaire à l'élaboration des sauces adaptées au plat.

L'ART COMPLIQUÉ DE LA DOUBLE CUISSON

Le canard (ou la canette) rôti ou cuit poêlé (à l'étouffée, comme pour le chapon farci, voir p. 33) est une manière facile, simple, voire sim-

pliste, et rassurante de traiter le canard. Mais, avouons-le, le volatile mérite vraiment mieux ! Combinez plutôt une cuisson douce à l'étouffée pour les cuisses farcies (voir p. 37) et une cuisson sautée et rôtie pour les filets ou magrets (voir p. 37).

FAUT-IL FARCIR ET CONFIRE LES CUISSSES ?

Proposer les deux types de cuisson (à l'étouffée et rôti) en s'offrant le luxe de farcir les cuisses est un signe de sophistication. Bien sûr, si l'effort vous semble démesuré et que vous ne souhaitez ou ne pouvez pas farcir les cuisses, vous pourrez uniquement confire celles-ci sans difficulté. Pour cela, préparez-les et manchonnez les os. Assaisonnez, puis placez les cuisses dans une cocotte. Couvrez de graisse et des parures. Ajoutez du gros sel, du thym, du laurier et de l'ail. Mettez sur le feu jusqu'à apparition de la première vapeur. Faites ensuite cuire 1 h 30 dans le four à 170 °C (th. 5-6). Sortez les cuisses de la graisse et déposez-les dans un plat. Enfouissez à nouveau pour faire sécher la peau.

Ma technique

pour désosser un canard



1 Étirez le canard ou la canette.



2 Éliminez les plumes et duvets restants (à l'aide d'un chalumeau de cuisine).



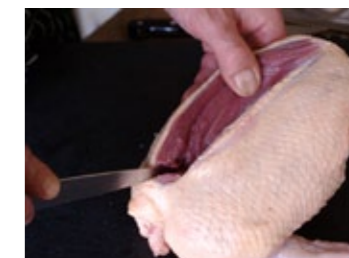
3 Incisez la peau le long de la carcasse...



4 ... pour lever les cuisses.



5 Manchonnez les cuisses (dégagez la chair qui recouvre les os et grattant ceux-ci et en les coupant).



6 Pour lever les filets (ou magrets), incisez-les le long du bréchet.



7 Longez la cage thoracique...



8 ... et prélevez les filets (ou magrets).



9 Les cuisses et les filets (ou magrets) sont prêts à cuire. La carcasse sera utile pour réaliser un jus.