

Tournedos de magret de canard



2 Tournedos poêlés



Pommes de terre sautées



Petits pois & oignon

Ingrédients – Convives : 2 – Préparation : 15 min – Cuisson : PDT 20 min, magrets 2*2 min



2 tournedos



200g petits pois



300g PDT ratte



1 oignon émincé



1 càs ail & herbes



1 càc vinaigre échalote



3 càs d'huile d'olive



Poivre & sel

Préparation

1. Laver les pommes de terre (ratte ou grenaille suivant la région !). Ne pas les éplucher.
2. Faire sauter les PDT ratte dans 2 càs d'huile d'olive environ 20 min pour les dorer, remuer.
3. Peler et hacher l'oignon. Réserver.
4. Parfumer les PDT avec un mélange d'ail et herbes. Réserver au chaud.
5. Faire bouillir les petits pois 10 min, égoutter.
6. Rajouter 1 càs d'huile d'olive dans les petits pois, mélanger Réserver au chaud.
7. Faire revenir dans une poêle légèrement huilée l'oignon émincé pendant 2 min.
8. Rajouter l'oignon aux petits pois, remuer. Réserver.
9. Dans la poêle, cuire les tournedos 2 à 3 minutes de chaque côté selon la cuisson désirée.
10. Poivrer de 3 tours du moulin, saler peu. Laisser faire les convives.
11. Présenter les 3 plats : Tournedos, petits pois et pommes de terre dorées ail et herbes.

Note de Paulux : Ici pour 2 tournedos de 1/2cm d'épaisseur 2 min par face sur poêle très chaude.

* * * 1^{er} Déc. 2019 * * *