

## CANETTE RÔTIE AUX OIGNONS ET ÉPICES ASIATIQUES (6 pers.)

Préparation : 15 mn ♦ Cuisson : 1h30 mn

♦ 1 canette vidée de 1,5 kg avec les abats  
♦ 9 oignons doux ♦ 6 biscottes ou tranches de pain rassis ♦ 4 cm de gingembre ♦ 1 bouquet de coriandre ♦ 2 c. à café de cinq-épices

**1.** Préchauffez le four à 180°/th. 6. Hachez finement les abats et 1 oignon. Écrasez les biscottes ou hachez le pain rassis. Pelez et râpez le gingembre. Rincez, séchez et ciselez la moitié du bouquet de coriandre. Mélangez les abats avec les biscottes ou le pain, l'oignon, les 3/4 de la coriandre, le cinq-épices et 2 pincées de sel. Remplissez l'intérieur de la canette de cette farce, ficelez les pattes pour fermer la cavité.

**2.** Pelez et émincez le reste des oignons, rangez-les dans un plat à four, salez et posez la canette dessus. Incisez la peau en quadrillage sans atteindre la chair et enfournez 1h30 en arrosant régulièrement la viande du jus de cuisson. Si elle brunit trop, couvrez d'un papier cuisson.

**3.** Servez la canette découpée, avec un peu de farce et d'oignons rôtis, parsemée de coriandre fraîche.

📍 *Arbois, Domaine de la Pinte, La Capitaine 2018, rouge.*



## CANETTE ET LÉGUMES DE PRINTEMPS (4 pers.)

Préparation : 10 mn ♦ Cuisson : 20 mn

♦ 4 filets de canette ♦ 2 carottes nouvelles ♦ 4 oignons nouveaux ♦ 12 asperges vertes ♦ 200 g de haricots verts ♦ 200 g de petits pois frais ♦ 30 g de beurre coupé en dés ♦ 1 pincée de sucre ♦ fleur de sel ♦ poivre du moulin

**1.** Lavez les légumes. Coupez les carottes pelées dans la longueur et les oignons en deux. Ôtez la partie dure des asperges. Équeutez les haricots. Placez les légumes dans une cocotte, ajoutez le beurre et le sucre, salez et versez 2 c. à soupe d'eau. Couvrez de papier cuisson en rentrant les bords pour créer une poche hermétique. Trouvez le centre du papier pour laisser échapper la vapeur. Laissez cuire 20 mn sur feu doux.

**2.** Incisez la peau des filets de canette sans toucher la chair. Faites-les cuire dans une poêle huilée à feu vif, côté peau, 4 mn, retournez-les 2 mn. Réservez-les dans du papier cuisson pour les garder au chaud sans qu'ils ne perdent leur jus.

**3.** Versez les légumes cuits dans la poêle, mélangez. Salez et poivrez la viande et servez avec les légumes.

📍 *Languedoc, Corbières, Domaine Beauregard Mirouze, Campana 2018, rouge.*

