

Salades

Salade de mâche, carottes et panais au magret fumé, vinaigre de framboise



12h20 20 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

12h

REPOS

204

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la préparation de la salade

100 g **Mâche**
80 g **Magret de canard**
80 g **Carotte(s)**
80 g **Panais**
30 g **Echalote(s)**
2 cl **Vinaigre d'alcool blanc**
30 g **Framboise**
6 cl **Huile de colza**
1 **Noix de muscade**
1 **Sel**
1 **Poivre**
1 **Fleur(s) alimentaire(s)**

Étape 1

Préparation du vinaigre de framboise

- 1 Verser le vinaigre blanc dans une casserole et porter à ébullition sur feu vif.
- 2 A ébullition, ôter la casserole du feu et verser le vinaigre sur les framboises. Laisser macérer pendant 12 heures au réfrigérateur avant de l'utiliser.

Étape 2

Préparation des ingrédients

- 1 Eplucher les carottes avec un économiseur. Conserver les fanes en grattant juste le tour avec un couteau d'office. Réserver dans un saladier d'eau froide.
- 2 Eplucher les panais, couper les extrémités avec un couteau d'office puis les ajouter dans le saladier d'eau.
- 3 Eplucher les échalotes et les plonger entières dans le saladier. Rincer et égoutter les légumes dans un chinois. Réserver dans un saladier propre.
- 4 Avec un couteau éminceur, tailler les panais en deux tronçons puis en fines lamelles. Tailler les lamelles en filaments puis réserver les panais dans un bol.

- 5 Couper les fanes puis répéter l'opération avec les carottes. Fendre les fanes en deux afin qu'elles servent de décor. Réserver le tout dans un bol.
- 6 Ciseler très finement les échalotes puis réserver dans un bol.
- 7 Couper finement les tranches de magret fumé en lardons sans les dégraisser puis réserver sur une assiette.

Étape 3

Dressage

- 1 Sortir le vinaigre du réfrigérateur. Verser le vinaigre et les framboises dans un chinois placé au dessus d'un bol. Assaisonner de sel, de poivre et de noix de muscade fraîchement râpée. Mélanger avec une cuillère à soupe et ajouter l'huile. Mélanger.
- 2 Dans une assiette creuse, disposer la mâche en lit. Dresser harmonieusement la julienne de panais et de carottes.
- 3 Saupoudrer l'assiette d'échalotes et de lardons de magret. Mélanger la vinaigrette puis la verser sur la salade.
- 4 Placer la fane de carotte sur le dessus puis décorer de fleurs alimentaires. Servir aussitôt.