



## DU CONFIT DE CANARD POUR LES FÊTES !

Bientôt la période des fêtes... Le besoin de trouver des idées pour préparer les repas avec les proches se fait de plus en plus vif ! Bonne nouvelle : le Confit arrive à point nommé pour renouveler l'inspiration et varier les plaisirs.

En effet, cette viande pas comme les autres a une belle place à tenir durant la période de Noël. Près de 8 Français sur 10 (78%) considèrent qu'il s'agit d'une viande festive<sup>1</sup> ! Il a même l'avantage de plaire au plus grand nombre d'après 73 % des Français et d'être facile à préparer pour 79 % d'entre eux.

Véritable symbole culinaire de la diversité des territoires français, le confit est apprécié pour ses racines locales. 86 % des Français reconnaissent qu'il s'agit d'une viande typiquement française et 89 % qu'elle est issue d'un savoir-faire traditionnel.

Pour ravir les papilles des invités avec cette viande gourmande à la texture fondante, les professionnels du Confit ont sélectionné trois savoureuses recettes. Ces créations faciles à réaliser offrent un Confit de canard créatif et festif aux invités :

### p. 4 Rigatoni au Confit de Canard, Champignons et Crème à l'Échalote & Parmesan

Pour un plat principal réconfortant, ces rigatoni sont généreusement garnis de confit de canard effiloché, de champignons bruns et d'une crème onctueuse à l'échalote et au parmesan. Ce plat combine des saveurs riches et une texture crémeuse : une recette idéale pour un dîner convivial en famille ou entre amis.

### Le Confit : une viande festive



Source : CIFOG / CSA décembre 2023



©CIFOG / ADQCOM-RP / Megalowfood

<sup>1</sup> Source : enquête CSA / CIFOG décembre 2023

### p. 5 Mini-potirons farcis au Confit de canard effiloché et légumes d'automne

Ces petites merveilles colorées sont idéales pour régaler les convives. Chaque potiron, délicatement évidé et garni d'un mélange savoureux de panais, navet, oignons grelots et ail, est rehaussé par l'arôme de la sauge et le fondant du Confit. Un plat à la fois élégant et réconfortant !

### p. 6 Corolles au Confit de canard effiloché, Courge, Champignons et Châtaignes

Des corolles croustillantes de feuilles de brick, garnies de Confit de canard effiloché, de courge fondante, de champignons savoureux et de châtaignes croquantes. Cette recette est parfaite pour impressionner avec une entrée raffinée et festive. La préparation est simple et rapide, et le résultat est tout simplement délicieux.

## Le Confit : une autre façon de consommer de la volaille !

Les Français attribuent de nombreux atouts au Confit. Pour eux, il s'agit avant tout d'une viande qui **change des autres volailles** : 88 % des Français s'accordent sur ce point. Beaucoup d'autres atouts sont mis en valeur par la population et arrivent même à égalité dans l'opinion des Français. 86 % d'entre eux estiment ainsi que le Confit est une viande issue d'un **savoir-faire traditionnel à préserver**, d'une viande de **qualité, savoureuse et goûteuse** et **typiquement française**. Ils sont également 85 % à dire que le Confit est facile à conserver et 84 % qu'il fait plaisir.



## **En savoir plus**

### **Confit : issu d'une méthode de conservation traditionnelle**

Le *confisage* est une méthode traditionnelle de conservation de la viande : après salage, la viande d'oie ou de canard engrasé est cuite puis conservée dans sa graisse, celle-ci évitant le contact avec l'oxygène et donc la dégradation du produit.

Le Confit que nous trouvons dans le commerce répond à des normes strictes, définies par décrets. La réglementation française est en effet très précise à ce sujet : « La dénomination Confit d'oie ou Confit de canard est réservée aux produits (...) d'oies ou de canards engrasés (...) », à distinguer des produits tels « cuisse de volaille confite » qui ne proviennent pas des oies et canards à Foie Gras.

Le Confit de canard et d'oie est principalement réalisé à partir des cuisses, ailes, cou et manchons. Dans le commerce, nous trouvons ces confits en bocaux de verre et boîtes métal, mais également en sachets sous vide à conserver au frais ou en surgelé.



©CIFOG / ADOCOM-RP / Megafood

### **Un savoir-faire minutieux**

La viande d'oie ou de canard gras est d'abord découpée en morceaux, tout en réservant le gras que l'on va utiliser pour confire la viande.

La viande est ensuite salée et assaisonnée. Après avoir retiré le sel qui a servi à absorber l'eau, celle-ci est cuite à cœur lentement dans sa graisse.

Refroidie, elle peut ainsi se conserver de longs mois dans sa graisse une fois conditionnée et stérilisée en bocal ou autres formes de conditionnements.

Il s'agit d'une pratique très minutieuse qui demande un vrai savoir-faire, en particulier pour adapter le temps de cuisson selon les morceaux à confire.

# RIGATONI AU CONFIT DE CANARD, CHAMPIGNONS ET CRÈME À L'ÉCHALOTE & PARMESAN

Préparation : 30 min

Cuisson : 20 min

## Ingédients pour 4 personnes

- 2 Confits de canard en bocal
- 200 g de pâtes type grosse rigatoni
- 6 échalotes émincées
- 10 champignons bruns
- 60 ml de vin blanc
- 50 g de parmesan + un peu
- 30 cl de crème fleurette
- Thym
- Fleur de sel & poivre

## Préparation

Placer le bocal de Confit dans un saladier d'eau très chaude pour faire fondre la graisse et prélever les Confits.

Verser un peu de graisse de canard dans une poêle et faire suer les échalotes émincées à feu moyen avec une belle pincée de fleur de sel. Déglaçer avec le vin blanc et laisser s'évaporer 5 min.

Verser la moitié des échalotes poêlées dans un récipient avec la crème fleurette, le parmesan et une pincée de sel, mixer finement. Goûter et rectifier l'assaisonnement.

Émincer finement les champignons et les faire revenir avec les échalotes et du thym frais.

Effilocher les confits de canard et les ajouter dans la poêle.

Cuire les pâtes dans une casserole d'eau très salée, le temps indiqué sur le paquet.

Placer les pâtes dans une assiette creuse et les garnir du mélange de Confit effiloché aux champignons. Verser la crème pour recouvrir le fond du plat.

Ajouter les finitions : filet d'huile d'olive, parmesan râpé, thym frais et tour de poivre du moulin.



©CIFOQ / ADOCOM-RP / Megalowfood

# MINI-POTIRONS FARCISS AU CONFIT DE CANARD EFFILOCHÉ ET LÉGUMES D'AUTOMNE

Préparation : 20 min

Cuisson : 20 min

## Ingédients pour 4 personnes :

- 2 cuisses de Confit de canard
- 4 petits potirons
- 1 panais
- 1 navet
- 12 oignons grelots
- 2 gousses d'ail
- 4 feuilles de sauge
- 20 g de beurre
- 1 c à s d'huile de pépins de raisins
- Sel
- Poivre du moulin

## Préparation :

Couper un chapeau à chacun des petits potirons. Les évider en retirant les graines pour récupérer le maximum de chair.

Eplucher et couper le panais et le navet en petits cubes.

Eplucher également les oignons et les gousses d'ail.

Préparer le Confit de canard en retirant la graisse et la peau, puis l'effilocher entre vos doigts pour récupérer la chair.

Préchauffer le four à 180°C.

Faire revenir la chair du potiron et des autres légumes dans une poêle avec 20 g de beurre et 1 c à s d'huile. Ajouter les gousses d'ail écrasées et les feuilles de sauge. Saler, poivrer et laisser cuire 5 minutes sur feu moyen.

Remplir les potirons avec le mélange de légumes et l'effiloché de canard. Replacer les chapeaux puis enfourner 15 min à 180°C.

Servir dans le plat avec le reste des légumes.



© CIFOGL Ph. Asset / ADOCOM-RP

# COROLLES AU CONFIT DE CANARD ÉFFILOCHÉ, COURGE, CHAMPIGNONS ET CHATAIGNES

Préparation : 20 min

Cuisson : 30 min

## Ingédients pour 4 personnes

- 2 cuisses de Confit de canard
- 4 feuilles de brick
- 1 courge ou un potimarron
- 12 petites morilles
- 12 petites girolles
- 12 châtaignes cuites
- 1 échalotte
- 20 g de beurre
- 1 càs d'huile de pépins de raisins
- Sel, poivre du moulin

## Préparation

Éplucher et couper la courge en petits dés. Les faire cuire 10 min dans une petite casserole d'eau bouillante salée puis les égoutter.

Préchauffer le four à 180°C.

Déposer les cuisses de Confit de canard dans un plat puis les enfourner 10 min.

Placer 4 feuilles de brick dans 4 jolis petits bols de façon à former des corolles.

Les enfourner également et laisser cuire 10 min pour qu'elles soient bien dorées.

Les retirer du four avec les cuisses de Confit de canard et réserver à température ambiante.

Effilocher la chair des cuisses de Confits de canard en retirant la peau et les os.

Ciseler l'échalotte.

Baisser le four à 120°C.

Nettoyer les champignons. Déposer le beurre et l'huile dans une poêle puis les faire revenir 3 à 4 min avec l'échalotte, les châtaignes et les cubes de courges. Saler et poivrer au moulin.

Déposer le mélange dans les 4 corolles en ajoutant l'effiloché de cuisses de Confit de canard. Enfourner à nouveau 5 min à 120°C puis servir aussitôt avec éventuellement une sauce aux morilles.



© CIFOG / Ph. Asset / ADOCOM-RP



SUIVEZ LE CONFIT ET LE MAGRET  
SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



[lemagret.fr](http://lemagret.fr)



@ILoveMagret



@i\_love\_magret



@LeMagret



@fanfoiegrasmagret



@i\_love\_magret