

# Parmentier de canard

INSTRUCTIONS : c'est vraiment le type de plat que j'adore faire quand je reçois : un plat qui permet de profiter de ses invités. La recette n'est pas très diététique mais on n'a que le bien qu'on se donne et j'estime que si on ne fait pas ce plat toute les semaines, il n'y a pas de problème ;-)

## Instructions

1. Epluchez les pommes de terre et découpez les en cubes afin de les faire cuire dans une casserole d'eau bouillante.
2. Effilochez les cuisses de canard et découpez en petits morceaux les oignons, les échalotes et les champignons châtaigne.
3. Faites revenir les oignons, les échalotes dans la graisse de canard jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajoutez-y les champignons châtaigne et le canard et faites-les revenir quelques minutes.
4. Egouttez les pommes de terre et ajoutez le jaune d'oeuf, le lait, le sel, le poivre et la noix de muscade et écrasez le tout.
5. Dans un plat allant au four, dressez votre plat : viande - purée et cuisez votre plat pendant 15 minutes dans un four chauffé à 200°.



## Liste des courses

Ingrédients	Quantité
Cuisses de canard confites	4
Oignons	2
Echalotes	2
Champignons châtaigne	200g
Graisse de canard	2 càs
Pommes de terre	200g
Lait demi écrémé	150ml
Jaune d'oeuf	1

Epices : sel, poivre, noix de muscade