

Canard Mariné au Poivre et Rigatonis Tomates Basilic aux Épinards

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 h 15 min

Ingrédients:

- MAGRET(S) DE CANARD	3-4
- POIVRE CONCASSE	4 c à café
- HUILE D'OLIVE	
- RIGATONI	500g
- TOMATES CONCASSEES	400g
- PESTO ROUGE	3 c à café
- CRÈME FRAICHE	2 c à soupe
- BASILIC	1 c à soupe
- GOUSSE(S) D'AIL	3-4
- OIGNON(S)	1
- EPINARDS	200g frais
- ROQUETTE (SALADE)	50g
- CRESSONNETTE	1x
- PARMESAN RAPE	
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Huilez la chair des magrets puis répartissez sur chacun d'eux, 1 c à café de poivre concassé. Réservez au frais pendant 30 minutes.
- Emincez l'oignon et les gousses d'ail.
- Faites revenir 2/3 de l'ail et l'oignon émincé dans de l'huile chaude. Ajoutez les tomates concassées avec ½ boîte d'eau. Salez et poivrez. Intégrez également le basilic. Laissez mijoter à couvert pendant 10 à 15 minutes. Mixez ensuite au mixeur plongeur puis incorporez la crème fraîche et le pesto rouge. Homogénéisez au fouet. Réservez.
- Faites cuire les pâtes dans de l'eau bouillante salée le temps nécessaire. Egouttez. Réservez.
- Entre temps, faites cuire les magrets de canard 8 minutes côté peau puis 6-7 minutes côté chair. Retirez du feu et laissez reposer encore 5-6 minutes sous un aluminium.
- Au moment de servir, faites revenir l'ail restant dans un peu d'huile. Ajoutez les pâtes puis les épinards et la roquette. Mélangez. Salez et poivrez.
- Réchauffez également un peu la sauce tomates basilic.
- Coupez enfin le canard en aiguillettes épaisses.
- Servez les pâtes aux légumes avec la sauce tomates basilic. Déposez 3 aiguillettes de canard par personne puis saupoudrez de parmesan et surmontez le tout de cressonnette coupée.