

# TARTARE DE CANARD AUX GRAINES DE PLANTAIN



## Ingrédients pour 4 personnes

Ingrédient	Quantité
Sommités de plantain	15 gr
Carnard salé/séché maison	1/4 filet (éventuellement gésier)
Feuilles de plantain	4 pc
Huile de noisettes	Quantité souhaitée
Sel, poivre aux champignons secs	

## Préparation

1. Préparer les sommités de plantain : hacher les sommités.

---

---

2. Marquer les sommités en cuisson : sans matière grasse, torrifier le plantain à la poêle et le colorer légèrement pour que l'amertume s'en aille et face place au goût de champignon, sans laisser noircir. Laisser refroidir.

---

---

3. Tailler le canard en petits cubes.

---

---

4. Frire les bouts de feuilles de plantain.

---

---

5. Dresser dans des petits ramequins le canard mélangé aux graines et à l'huile de noisettes, assaisonner de gros sel et de poivre si nécessaire, et ajouter une feuille de plantain frite pour décorer.

---

---