

Parmentier de canard confit

Ingrédients (pour 1 personne) ...

- 1 cuisse de canard confit
- ½ échalotte
- 200 g de pommes de terre
- 5 cl de lait entier
- 1 noisette de beurre

Préparation

- Cuire les pommes de terre dans le lait
- Faire une purée en ajoutant le lait et le beurre
- Réchauffer la cuisse confit au four puis effiloche la chair
- Monter le parmentier en alternant une couche de purée, le canard et une couche de purée



610 Kcal / 29 g de protéine