

Canard shichimi et nouilles ramen du Wagamama



Recette traduite et adaptée du Wagamama Cookbook, "Shichimi spiced duck ramen"

Pour 6 personnes

1 heure min de repos, l'idéal étant 1 nuit.

5 minutes prep

15 min cuisson

4 à 6 magrets ou filets de canard avec la peau, selon leur taille.

6 csoupe (rases) de 7-épices japonais

1 1/2 cc café sel

1 1/2 cc café sucre

500g nouilles ramen (nouilles chinoises aux œufs comme des spaghettis)

environ 1.5 litre de bouillon de légumes

1 cube de miso

3 ou 4 poignées de chou pak choï ou d'épinards, déchirés s'ils sont grands.

6 oignons verts chinois finement ciselés

Préparer les magrets (ou filets) de canard : scarifier la peau. Mélanger shichimi, sel et sucre dans un plat plat assez grand pour contenir toutes les poitrines bien à plat. Y placer les poitrines, côté peau dans les épices. Placer un papier cuisson ou un film alimentaire dessus puis une planchette ou une assiette par dessus pour les écraser. Réserver au frigo pour au moins 1 heure, l'idéal étant une nuit.

Pendant ce temps (ou le lendemain), faire bouillir l'eau pour les nouilles ramen ("spaghettis" chinois aux œufs) et les y cuire selon le mode d'emploi (en général, on les fait bouillir 3 ou 4 minutes) puis, dès qu'elles sont tendres, les égoutter, réserver.

Mettre à bouillir le bouillon de légumes additionné du cube de miso.

En même temps, mettre une grande poêle ou une plaque-grill à chauffer à feu moyen-vif et cuire le canard côté peau environ 5 minutes. Jeter le gras rendu si nécessaire. Quand le côté peau est bien comme il faut, retourner les poitrines pour dorer rapidement le côté chair, 2 minutes ou même moins, enfin cela dépend de comment vous aimez votre canard. Quand le canard est à votre goût, il est temps de le découper en fines tranches.

Toujours en même temps, blanchir rapidement le pak choï dans le bouillon de légumes ; dès que les feuilles sont recroquevillées, c'est prêt, rectifier l'assaisonnement rapidement et servir immédiatement.

Répartir les pâtes dans les bols. Verser le bouillon bouillant et la verdure par dessus, cela suffira à réchauffer les nouilles. Répartir enfin les tranches de canard et saupoudrer d'oignon vert ciselé.