Boulettes de canard Teriyaki

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

. Pour les boulettes
- 2 magrets de canard
- 1 jaune d'œuf
- 2 cuillères à soupe de Maïzena
- 2 cm de gingembre frais râpé
- 1 petit blanc de poireau
- Huile d'olive

. Pour la sauce
- 10 cuillères à soupe de sauce soja sucrée
- 10 cuillères à soupe de mirin
- 10 g de Maïzena

Préparation :

Dans une petite casserole, mélangez la sauce mirin, la sauce soja sucrée et la Maïzena.
Portez à ébullition et laissez bouillir 3 minutes.
Réservez.
Préparez les boulettes en ôtant la peau du canard.
Coupez les magrets en morceaux et passez-les au mixer.
Ajoutez le blanc de poireau en morceaux, la Maïzena, le gingembre pelé, et 1 cuillère à soupe de la sauce réalisée et mixez rapidement.
Réalisez des boulettes de la taille d'une balle de golf et faites-les dorer dans un peu d'huile d'olive chaude en les faisant rouler dans la poêle pour conserver leur forme.
Réservez.
Servez chaud saupoudré de sésame, avec les boulettes nappées de sauce.

http://philomavie.blogspot.com