

*A base de viande*

# Foie gras de canard mi-cuit, gelée de pêche de vigne et pâtes de fruits du soleil, croustillant...



**25h30** **1h10** **20 min** **24h** **759**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

## Étape 1

Tempérer le foie gras

- 1 Sortir le foie gras et le filmer au contact avec du film alimentaire, puis l'emballer dans du papier aluminium.
- 2 Le laisser à température ambiante pour qu'il ramollisse de manière à pouvoir le dénervé par la suite.

## Étape 2

Pochage des pêches

- 1 Mettre dans une casserole l'eau et le sucre. Faire chauffer sur feu vif.
- 2 Rincer les pêches de vigne sous l'eau froide.
- 3 Une fois le sirop en ébullition, couper le feu et retirer la casserole.
- 4 Mettre les pêches de vigne, poser dessus une petite grille ou une petite assiette pour les maintenir immergées.
- 5 Filmer le récipient et laisser refroidir à température ambiante pendant 12h.

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le foie gras, la gelée et les pâtes de fruits

400 g **Foie gras frais de canard**  
3 c. à soupe **Vin moelleux**  
5 g **Sel**  
3 g **Poivre**

### Ingrédients pour le coulis de mangue

1 **Mangue**

### Ingrédients pour la gelée de pêches

1 **Pêche**  
1 litre(s) **Eau**  
250 g **Sucre semoule**  
3 g **Agar-agar**

### Ingrédients pour le

### Étape 3

#### Préparation du foie gras mi-cuit

- 1 Mettre à chauffer un rondau bas ou une cocotte remplie d'eau.
- 2 Débaler le foie gras tempéré.
- 3 Séparer les deux lobes. Les ouvrir en deux dans la longueur et retirer délicatement toutes les veines.
- 4 Pour cela utiliser un couteau de table à bout rond pour éviter de couper les veines au moment de les enlever.
- 5 Essayer de conserver au maximum la forme d'origine des lobes.
- 6 Une fois dénervé, assaisonner le foie gras avec le sel, le poivre et le Sauternes. Le rouler en ballotin dans du film alimentaire en faisant des nœuds à chaque extrémité.
- 7 Faire un ballotin d'environ 15 cm en prenant soin de lui donner la même épaisseur sur toute la longueur pour obtenir une cuisson homogène.
- 8 Entourer le foie gras d'une double épaisseur de film alimentaire pour s'assurer que l'eau ne rentre pas à l'intérieur pendant la cuisson.
- 9 Porter l'eau à frémissement, puis baisser le feu. Pour chauffer le foie gras, l'eau ne doit surtout pas bouillir. Il ne doit y avoir aucune bulle.
- 10 Plonger le ballotin et poser une assiette retournée par dessus pour qu'il soit complètement immergé.
- 11 Compter environ 15 minutes de cuisson.

### dressage

40 g **Pâte de fruits**  
40 g **Pâte de fruits**  
40 g **Pâte de fruits**  
4 tranche(s) **Pain(s) de campagne**  
4 c. à café **Crème de vinaigre balsamique**  
1 **Fleur de sel**

### Étape 4

#### Réaliser le coulis de mangue

- 1 Peler la mangue à vif en retirant la peau avec un couteau d'office.
- 2 Récupérer la chair, la couper en morceaux.
- 3 Placer la chair dans la cuve du blender et mixer le tout.
- 4 Ajouter un peu du sirop de cuisson des pêches. Mixer de manière à obtenir la consistance d'un coulis, c'est à dire ni trop liquide, ni trop épais.
- 5 Débarrasser le coulis dans un saladier, le réserver au réfrigérateur après l'avoir filmé.

### Étape 5

#### Refroidir le ballotin de foie gras

- 1 A la fin des quinze minutes, préparer un grand saladier d'eau froide. Sortir le ballotin délicatement à l'aide d'une écumoire et le plonger dans l'eau froide.
- 2 Placer le saladier au réfrigérateur pendant minimum 24 heures.

### Étape 6

#### Réalisation de la gelée de pêche

- 1 Prendre le plat creux, si possible rectangulaire, recouvrir le fond de film alimentaire.

- 2 Récupérer les pêches et les égoutter.
- 3 Les peler et ôter le noyau.
- 4 Passer la pulpe des pêches récupérées au blender, la verser dans le plat creux filmé.
- 5 Porter à ébullition 25 cl de sirop.
- 6 Ajouter l'agar-agar. Cuire pendant encore 30 secondes toujours à ébullition.
- 7 Retirer la casserole du feu et verser le sirop dans le plat creux. Recouvrir la pulpe des pêches à hauteur, laisser prendre au réfrigérateur pendant une nuit.

## Étape 7

### Dessage

- 1 Démouler la gelée de pêche de vigne sur la planche, parer les bords pour les avoir bien droits.
- 2 Découper et tailler 8 rectangles de 1,5 cm de largeur sur 4,5 cm de longueur. Les placer sur les assiettes.
- 3 Tailler des carrés de pâtes de fruits de 1,5 cm x 1,5 cm, puis poser un carré de chaque pâte de fruits sur toute la longueur des rectangles de gelée.
- 4 Dresser sur assiette.
- 5 Tailler les tranches de foie gras, dresser sur assiette.
- 6 Décorer en faisant des points de coulis de mangue, ainsi que de balsamique réduit.
- 7 Terminer en mettant un peu de fleur de sel sur les tranches de foie gras.
- 8 Servir accompagné des tranches de pain aux raisins toastées au dernier moment.