

*Canard*

# Escalopes foie gras poêlées, jus au maury et raisins noirs



**55 min** **30 min** **10 min** **15 min** **620**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

## Étape 1

Préparation du foie gras frais et du raisin

- 1 Séparer à la main le petit lobe du gros lobe.
- 2 Réserver le petit lobe. Préparer un grand récipient d'eau bien chaude dans lequel tremper la lame du couteau.
- 3 Tailler des tranches de 2 à 3 cm dans le gros lobe, passer à nouveau la lame dans l'eau chaude lorsque la chair résiste un peu.
- 4 Arrondir un peu les angles en passant la main sur les arrêtes.
- 5 Egrainer la grappe de raisin, compter cinq à six grains par personne.
- 6 Découper les grains en deux. Réserver.
- 7 Récupérer la tige d'un oignon cébette, réserver avec les tranches de foie gras et les raisins.

## Étape 2

Préparation de la vinaigrette et du magret

- 1 Concasser le magret.
- 2 Dans un bol, mélanger le vinaigre de Xérès et le sel.

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les escalopes de foie gras

4 **Escalope(s) de foie gras de canard**  
8 **Cébette thaï**  
1 **Grappe de raisins noirs**  
10 cl **Vin doux naturel**  
10 cl **Jus de veau**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

### Ingrédients pour la vinaigrette

60 ml **Huile de pépins de raisins**  
20 ml **Vinaigre de Xérès**  
1 **Sel**

### Ingrédients pour la salade

100 g **Roquette**  
60 g **Magret de canard**

- 3 Ajouter l'huile de pépin de raisin, mélanger à nouveau.

30 g **Pignons de pin**

### Ingrédients pour le dressage

1 **Fleur de sel**

### Étape 3

#### Cuisson du foie gras

- 1 Faire chauffer une poêle sur feu moyen-fort.
- 2 Une fois qu'elle est chaude, déposer l'escalope de foie, côté présentation contre la poêle. Faire dorer.
- 3 Le retourner à partir du moment où il a une belle coloration blonde.
- 4 Baisser un peu le feu, ajouter les raisins secs et la cébette.
- 5 Le foie gras est cuit quand il est coloré et encore moelleux, la pointe d'un couteau doit entrer sans résistance. Le réserver sur une assiette avec la cébette.

### Étape 4

#### Réalisation de la sauce

- 1 Verser le gras de la poêle dans un bol, en gardant bien les raisins.
- 2 Augmenter la température du feu et déglacer avec le Maury. Porter à ébullition.
- 3 Aux premiers bouillons, flamber le vin.
- 4 Deux méthodes pour flamber l'alcool : incliner la poêle vers le feu en restant très prudent, ou gratter une allumette au dessus de la préparation.
- 5 Laisser la flamme s'éteindre d'elle-même tout en secouant la poêle, laisser réduire jusqu'à obtenir une consistance sirupeuse.
- 6 Ajouter un peu de jus de veau, poivrer et saler. Bien mélanger en remuant la poêle.
- 7 La sauce est prête quand elle commence à avoir une belle couleur bordeaux et qu'elle est assez nappante.

### Étape 5

#### Dressage

- 1 Assaisonner la roquette avec la vinaigrette préalablement préparée.
- 2 Ajouter les pignons de pin torréfiés et le magret fumé coupé.
- 3 Mélanger le tout du bout des doigts.
- 4 Décorer le fond de l'assiette avec la sauce au vin et aux raisins.
- 5 Egoutter le foie gras sur du papier absorbant, le déposer dans l'assiette. L'assaisonner de fleur de sel.
- 6 Déposer la cébette sur le foie gras, ajouter un peu de salade sur le côté.
- 7 Assaisonner le foie gras d'un tour de moulin à poivre et servir.