

Veau

Foie de veau au citron en croûte d'herbes



1h10 **35 min** **15 min** **20 min** **408**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le foie de veau

440 g **Foie(s) de veau**
4 tranche(s) **Pain de mie**
1 **Crème(s) de balsamique**
1 **Citron(s)**
1 **Huile d'olive**

Ingrédients pour la croûte d'herbes

1 **Echalote(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
1 botte(s) **Persil plat**
1 botte(s) **Estragon**
0.5 botte(s) **Ciboulette**
100 g **Baguette(s) de pain**
100 g **Beurre**

Étape 1

Préparation de la croûte d'herbes

- 1 Eplucher et ciseler finement l'échalote à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver.
- 2 Eplucher et hacher l'ail. Réserver avec l'échalote.
- 3 Effeuille le persil et l'estragon. Réserver.
- 4 Ciseler finement la ciboulette. Réserver.
- 5 Former un paquet avec le persil et l'estragon puis le hacher à l'aide d'un couteau éminceur bien aiguisé. Réserver avec la ciboulette.
- 6 Mettre le pain dans le bol d'un robot et broyer en chapelure.
- 7 Ajouter l'échalote, l'ail, les herbes et le beurre pommade puis mixer jusqu'à obtenir un mélange homogène.
- 8 Assaisonner de sel et mixer à nouveau.
- 9 Placer une feuille de papier sulfurisé sur une planche et verser la préparation d'herbes dessus.
- 10 A l'aide d'une maryse, tenter de former un rectangle de pâte d'épaisseur régulière.
- 11 Déposer une autre feuille de papier sulfurisé par dessus.
- 12 Passer un rouleau de pâtisserie sur la feuille en appuyant légèrement de façon obtenir une pâte

d'environ 5mm d'épaisseur.

- 13 Placer la préparation aux herbes sur une plaque et l'entreposer au réfrigérateur jusqu'à durcissement.

Étape 2

Préparation des citrons et des croûtons

- 1 Couper la croûte du pain de mie.
- 2 Le couper en petits cubes réguliers. Réserver.
- 3 Peler le citron à vif et prélever les segments.
- 4 Couper les segments de citron en deux et réserver dans un ramequin.

Étape 3

Découpe de la croûte d'herbes

- 1 Sortir la préparation aux herbes du réfrigérateur.
- 2 A l'aide d'un couteau bien aiguisé, découper à travers le papier sulfurisé des rectangles d'herbe de la taille des pavés de foie de veau.
- 3 Une fois les rectangles taillés, le replacer au réfrigérateur pour éviter qu'il ne fonde. Le sortir au dernier moment pour une pose plus facile.

Étape 4

Cuisson des croûtons

- 1 Faire chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle.
- 2 Quand l'huile d'olive est bien chaude, ajouter les dés de pain de mie et les faire colorer sur toutes les faces sans cesser de remuer la poêle.
- 3 Les assaisonner de sel à chaud pour une meilleure absorption et les égoutter sur une assiette recouverte de papier absorbant.

Étape 5

Cuisson du foie.

- 1 Saler et poivrer le foie de veau des deux côtés.
- 2 Faire chauffer un filet d'huile d'olive dans une poêle à feu vif et y déposer le foie pour le faire colorer.
- 3 Éviter de trop cuire le foie pour éviter qu'il ne soit caoutchouteux.
- 4 Quand le foie est bien coloré, ôter le papier sulfurisé de la croûte d'herbes et la déposer dessus.
- 5 Ajouter un peu d'huile d'olive dans la poêle et l'enfourner en position grill.

Étape 6

Dressage

- 1 Retirer la viande de la poêle et la déposer sur une planche.
- 2 Remettre la poêle ayant servi à la cuisson du veau sur feu vif et y faire revenir pendant quelques secondes les

segments de citron et les croûtons de pain dans le jus de cuisson du foie de veau.

- 3** couper le foie de veau en biais et les disposer sur l'assiette de façon à ce qu'ils se chevauchent.
- 4** Repartir les croûtons et les morceaux de citron autour du foie.
- 5** Verser quelques traits de crème de vinaigre balsamique.
- 6** A défaut de crème, faire réduire du vinaigre balsamique ordinaire avec la même quantité de sucre jusqu'à caramélisation.