

Entrées chaudes à la viande

Foie gras de canard laqué, crispy rice


3h35
20 min
3h15
0
673

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

REPOS

CALORIES

Étape 1

Cuisson du riz

- 1 Verser de l'eau froide et du riz dans une casserole. Verser un demi-litre d'eau pour 100 grammes de riz gluant. Porter à ébullition.
- 2 A ébullition, réduire sur feu moyen et laisser cuire une dizaine de minutes. Préchauffer le four à 80°C (Th.3) sur chaleur tournante.
- 3 Après 10 minutes, le liquide est quasiment évaporé. Débarrasser le riz sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. L'étaler finement avec une spatule.
- 4 Enfournier à 80°C (Th.3) pendant 3 heures.

Étape 2

Friture du riz

- 1 Mettre de l'huile de pépins de raisins à chauffer dans une casserole. Sortir le riz du four et le casser en morceaux. Lorsque l'huile est chaude, plonger un morceau de riz.
- 2 Ressortir le morceau de riz de l'huile à l'aide d'une fourchette et recommencer avec le reste de riz.

 Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le foie gras

250 g **Foie gras frais de canard**
400 g **Pousses d'épinard**
0.5 **Gousse(s) d'ail**

Ingrédients pour la sauce

100 g **Sucre semoule**
30 cl **Sauce teriyaki**
50 g **Gingembre frais**
8 cl **Vinaigre de Xérès**
2 **Bâton de citronnelle**
1 cl **Sauce soja**
1 cl **Vinaigre de vin blanc**

Ingrédients pour le riz soufflé

100 g **Riz gluant**
0.5 litre(s) **Eau**
1 litre(s) **Huile de pépins de raisins**

Étape 3

Préparation de la sauce

- 1 Verser l'eau au fond d'une casserole puis verser le sucre. Faire chauffer sur feu doux et laisser le caramel se former.
- 2 Pendant la formation du caramel, préparer la citronnelle. Couper l'extrémité de la citronnelle puis la couper en deux et l'émincer très finement avec un couteau éminceur.
- 3 Eplucher le gingembre avec un couteau d'office et réserver.
- 4 Lorsque le caramel commence à prendre une belle couleur brune, déglacer avec le vinaigre de xérès. Mélanger avec une cuillère et ajouter la sauce teriyaki. Mélanger et porter à ébullition.
- 5 Ajouter le vinaigre d'alcool, la sauce soja, la citronnelle et le gingembre en le râpant directement au dessus de la casserole. Mélanger et réserver la sauce dans un bol.

Étape 4

Cuisson du foie gras et des épinards

- 1 Préchauffer le four à 160°C (Th.5).
- 2 Faire chauffer une poêle sur feu moyen sans matière grasse. Assaisonner de sel et de poivre puis saisir le foie gras dans la poêle. Lorsque la première face prend une couleur noisette, retourner le foie gras. Faire cuire environ 30 secondes de chaque côté.
- 3 Quand le foie gras est bien doré des deux côtés, le débarrasser sur une plaque de four recouverte de papier sulfurisé. Laquer avec la sauce puis enfourner pendant 3 minutes.
- 4 Faire chauffer la même poêle sur feu moyen. Eplucher la gousse d'ail et la piquer sur une fourchette. Ajouter les épinards dans la poêle et poivrer. Remuer avec la fourchette piquée de la gousse d'ail.
- 5 Dès que les feuilles commencent à ramollir, débarrasser aussitôt les épinards dans un bol.

Étape 5

Dressage

- 1 Sortir le foie gras du four. Disposer les épinards dans une assiette, ajouter une chips de riz puis le foie gras.
- 2 Verser de la sauce sur le plat puis assaisonner de poivre. Servir aussitôt.