

Entrées chaudes à la viande

Foie gras mi-cuit aux épices douces et foie gras poêlé avec son chutney de figues



39h30 **1h30** **1h15** **36h45** **1011**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation de la terrine

- 1 Séparer et dénervé les lobes des foies gras à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Débarrasser le foie gras dans un saladier. L'assaisonner avec le porto, le cognac, le sel et le poivre, puis laisser mariner pendant 24 heures au réfrigérateur.
- 3 Sortir le foie gras du réfrigérateur et le laisser revenir à température ambiante.
- 4 Préchauffer le four à 180°C (Th.6). Mettre le foie gras dans un plat allant au four.
- 5 Enfourner jusqu'à ce que la température du foie gras atteigne 30°C. Vérifier la température à l'aide d'un thermomètre de cuisine.
- 6 Sortir le foie gras du four et l'arroser avec sa graisse à l'aide d'une cuillère à soupe. Laisser gonfler pendant 45 min.
- 7 Il est possible de vérifier la cuisson sans thermomètre. Il suffit de faire une pression avec un doigt et d'apprécier soi-même la température.
- 8 Mouler ensuite le foie gras dans une terrine et réserver

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la terrine

1 **Foie gras frais de canard**

2 c. à soupe **Porto**

2 c. à soupe **Cognac**

6 g **Sel**

1 g **Poivre**

Ingrédients pour le chutney de figues

500 g **Figue fraîche**

1 c. à soupe **Huile d'olive**

100 ml **Porto**

1 unité(s) entière(s)

Gousse(s) de vanille

30 ml **Vinaigre balsamique**

1 c. à soupe **Sucre semoule**

10 g **Beurre**

1 c. à café **Cannelle en poudre**

1 unité(s) entière(s) **Anis**

au frais.

- 9 Une autre technique consiste à rouler le foie gras dans du film alimentaire pour ensuite le couper en tranche.

Étape 2

Préparation du chutney de figes

- 1 Laver et découper les figes en quartiers à l'aide d'un couteau d'office.
- 2 Ouvrir les gousses de vanille en deux à l'aide d'un couteau d'office.
- 3 Faire chauffer une cocotte avec l'huile d'olive, ajouter les figes et les faire sauter.
- 4 Ajouter le beurre, la vanille, l'anis étoilé, le sucre, la cannelle et la coriandre. Puis déglacer avec le vinaigre et le porto.
- 5 Ne pas mettre le sucre si les figes sont bien mûres et sucrées.
- 6 Couvrir et laisser compoter sur feu doux jusqu'à obtention d'une compote légèrement desséchée.
- 7 Ôter la cocotte du feu et laisser refroidir.
- 8 Retirer les épices. Concasser légèrement le chutney à l'aide d'un couteau éminceur sur une planche à découper. Réserver.

Étape 3

Préparation du coulis de fruits rouges

- 1 Faire chauffer le sucre dans une casserole sur feu vif sans remuer jusqu'à obtention d'un caramel.
- 2 Ajouter le beurre. Puis ajouter les fraises, les groseilles, les framboises et le basilic.
- 3 Fendre la gousse de vanille en deux et l'incorporer au mélange.
- 4 Presser le jus du citron.
- 5 Laisser la préparation mijoter sur feu doux jusqu'à obtention d'une compote, puis déglacer avec le porto et le jus de citron. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois.
- 6 Laisser cuire jusqu'à ce que les fruits réduisent en purée.
- 7 Ôter la casserole du feu et mixer la préparation dans un blender. Laisser refroidir et réserver.

Étape 4

Préparation des croustillants

- 1 Verser la farine et le sel dans le bol d'un robot puis mélanger. Effeuilleter le thym et l'ajouter dans la pâte.
- 2 Stopper le robot et ajouter le beurre en dés. Il doit être à température ambiante mais pas pommade c'est-à-dire pas trop mou.
- 3 Arrêter le robot une fois la texture sableuse obtenue. Verser l'eau puis les jaunes d'œufs, mélanger jusqu'à amalgamer les éléments.

Arrêter le batteur quand la pâte commence à se mettre

étoilé

1 c. à café **Coriandre en poudre**

Ingrédients pour le coulis de fruits rouges

60 g **Fraise**
60 g **Groseilles**
60 g **Framboise**
30 g **Sucre semoule**
2 feuille(s) **Basilic**
0.5 **Gousse(s) de vanille**
0.5 **Citron(s)**
20 g **Beurre**
1 c. à soupe **Porto**

Ingrédients pour les croustillants

250 g **Farine**
125 g **Beurre**
1 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
25 ml **Eau**
1 **Sel**
2 branche(s) **Thym**

Ingrédients pour le mesclun

2 c. à soupe **Huile d'olive**
2 **Figue fraîche**
1 c. à soupe **Vinaigre balsamique**
1 **Salade(s)**
1 **Salade(s)**
1 **Salade(s)**
1 **Roquette**
1 **Fleur de sel**

Ingrédients pour le foie gras poêlé

4 **Escalope(s) de foie gras de canard**
1 **Fleur de sel**
4 tranche(s) **Brioche**

Ingrédients pour le dressage

1 **Pousses de betterave**

- 4 Arrêter le rouleau quand la pâte commence à se mettre en boule pour ne pas trop la travailler.
- 5 Former une boule avec la pâte, sans la pétrir. Filmer et réserver au frais pendant au moins 30 minutes avant utilisation.
- 6 Préchauffer le four à 180°C (Th.6).
- 7 Sortir la pâte du réfrigérateur et l'étaler sur 2 mm d'épaisseur à l'aide d'un rouleau à pâtisserie.
- 8 Tailler des bandes rectangles de 4 cm sur 12 cm à l'aide d'un couteau d'office.
- 9 Former des trous sur la longueur à l'aide d'un emporte-pièce rond de 1 cm de diamètre.
- 10 Mettre la pâte dans des cercles en inox, puis tapisser l'intérieur de papier sulfurisé.
- 11 Déposer les cercles sur une plaque de four, remplir avec des billes de cuisson et enfourner pendant 8 minutes.

Étape 5

Préparation du mesclun

- 1 Laver et essorer la frisée, la trévisse, la red chard et la roquette.
- 2 Mélanger l'huile d'olive et le vinaigre dans un saladier à l'aide d'un fouet.
- 3 Assaisonner de fleur de sel, ajouter les salades essorées. Mélanger.
- 4 Laver et détailler les figues en dés à l'aide d'un couteau d'office.
- 5 Ajouter les figues dans la salade et réserver.

Étape 6

Préparation du foie gras poêlé

- 1 Dans une poêle chaude, saisir les escalopes de foie gras pendant 1 minute sur chaque face.
- 2 Débarrasser sur une grille pour que la graisse s'égoutte.

Étape 7

Dressage

- 1 Tailler des ronds dans la terrine de foie gras à l'aide d'un cercle.
- 2 A l'aide d'un emporte-pièce, tailler des ronds dans les tranches de brioche au curry, de même taille que ceux pour la terrine. Les tranches doivent faire 1 cm d'épaisseur.
- 3 Déposer un rond de brioche sur le coin d'une assiette, disposer un rond de terrine dessus.
- 4 Napper le centre des ronds de terrine avec du coulis de fruits rouges, décorer le coulis avec des pousses de betterave.
- 5 Dresser le foie gras poêlé sur une couche de chutney de figues, saupoudrer de fleur de sel.
- 6 Démouler les croustillants, les mettre droits dans l'assiette. Les remplir avec la salade de mesclun et de

