



[< retour](#)

*Volaille*

# Escalope(s) de foie gras de canard



Aimez-vous cet ingrédient ?

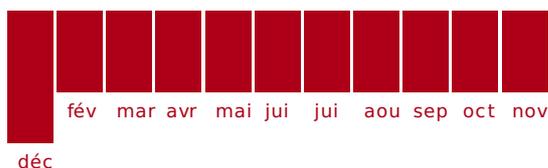
[IMPRIMER \[1\]](#)

[TÉLÉCHARGER \[2\]](#)

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

**Saisonnalité :**



**Type :** Canard, oie

**Poids moyen :** 70g

Le foie gras est le foie de l'oie ou du canard qui a été hypertrophié par gavage, c'est-à-dire par une suralimentation à laquelle a été soumis le volatile; préparé et cuit avec grand soin, il est considéré comme un mets gastronomique. La dénomination «foie gras» est réglementée dans plusieurs pays, notamment en France (le plus grand pays producteur et consommateur), afin d'éviter la confusion et les falsifications. La dénomination «foie gras»

désigne un produit qui contient au moins 20% de foie gras de canard ou d'oie. Si le produit contient des foies et de la chair d'autres animaux, la dénomination «foie gras» est accompagnée d'un autre mot, tel «pâté», «terrines» ou «galantine».

**Le foie gras de canard se marie à merveille avec un Sauterne, Gewurztraminer ou un Monbazillac.**

## COMMENT CHOISIR ?

Les escalopes de foie gras s'achètent chez un volailler, en grandes surfaces sous-vide ou au rayon surgelé. Une escalope pèse en moyenne 70g.

## QUE FAIRE AVEC ?

Le foie est souvent sauté, grillé, poêlé ou mariné; on l'accompagne habituellement de champignons, de vin, de crème ou d'oignons. Le foie de porc est utilisé surtout en charcuterie (pâtés, terrines). Le foie de morue est souvent fumé.

## COMMENT PRÉPARER ?

Le foie ne doit pas être mangé saignant; éviter cependant une cuisson prolongée qui le durcit. Le foie tendre est surtout grillé ou sauté (5 à 8 min).

Utiliser le moins de matières grasses possible pour éviter d'augmenter la teneur en gras. Cuire lentement et dans un peu de liquide le foie moins moelleux.

## COMMENT CONSERVER ?

Se congèle : oui

Les escalopes de foie gras peuvent se garder au réfrigérateur durant une semaine sous papier ou sous vide.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

La valeur nutritive du foie gras et des produits dérivés varie selon les ingrédients utilisés: foies d'animaux non gavés incluant le porc, le veau et la dinde, viandes, bardes, assaisonnements, truffes, alcool, sucre, blancs d'œufs et divers additifs. Ce sont presque toujours des aliments gras et calorifiques que l'on consomme généralement avec modération.

calories

**485**  
kcal

protéines

**6,90**  
g

glucide

**1,60**  
g

lipide

**50,10**  
g

sodium

**409,00**  
mg

\* Source de données :  
AFSSA



## HISTOIRE

Le gavage des oies et des canards est une pratique très ancienne qui remonte au temps des Égyptiens; ceux-ci avaient observé que les oies sauvages se constituaient des réserves d'énergie sous forme de graisse qu'ils emmagasinaient dans le foie en absorbant de grandes quantités de nourriture au moment des migrations. On sait aussi que les Grecs gavaient les oies avec du froment écrasé mélangé à de l'eau, et que les Romains se servaient de figues. De nos jours, on utilise surtout une bouillie à base de maïs, de saindoux, de fèves et de sel. Le foie d'oie atteint en moyenne de 700 à 900 g et le foie de canard de 300 à 400 g. Le gavage a ses opposants qui dénoncent le sort que l'on fait subir aux animaux nourris de force.

## Filets de rougets poêlés aux figues fraîches et foie gras [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

## Escalopes foie gras poêlées, jus au maury et raisins noirs [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

## Tournedos de canard rossini [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

## Intervalle de filet de boeuf angus, foie gras chaud et charlotte de queue de boeuf [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

## Escalope de foie gras en kadaïf, suprêmes d'oranges et tartelette de

# kumquat confit [7]

[En savoir plus \[7\]](#)

# Foie gras grillé et carottes caramélisées au pain d'épices [8]

[En savoir plus \[8\]](#)

---

## Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15873>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15873>

[3] <https://www.qooq.com/recipes/filets-de-rougets-poeles-aux-figues-fraiches-et-foie-gras>

[4] <https://www.qooq.com/recipes/escalopes-foie-gras-poeles-jus-au-maury-et-raisins-noirs>

[5] <https://www.qooq.com/recipes/tournedos-de-canard-rossini>

[6] <https://www.qooq.com/recipes/intervalle-de-filet-de-boeuf-angus-foie-gras-chaud-et-charlotte-de-queue-de-boeuf>

[7] <https://www.qooq.com/recipes/escalope-de-foie-gras-en-kadaif-supremes-doranges-et-tartelette-de-kumquat-confit>

[8] <https://www.qooq.com/recipes/foie-gras-grille-et-carottes-caramelisees-au-pain-depices>