



Foie gras poêlé avec un chutney de pommes

pour 2 personnes

Ingrédients :

- 200 g de foie gras (de canard ou d'oie)
- 2 pommes (Golden ou Granny)
- 1 échalotte
- 50 g de sucre
- 1 étoile de badiane
- 100 ml de vinaigre de cidre (ou balsamique)
- 1 cuillère à café de gingembre frais râpé ou en poudre
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol (ou d'olive)
- Sel et poivre



Préparation :

Préparation le chutney de pommes :

Éplucher les pommes, retirer les trognons et couper les en petits dés puis éplucher et émincer finement l'échalote.

Cuire le chutney : Dans une casserole, faire chauffer un peu d'huile à feu moyen. Ajouter l'échalote et la faire revenir jusqu'à ce qu'elle devienne translucide (environ 2-3 minutes).

Ajouter les dés de pommes, le sucre, le vinaigre, le gingembre et l'étoile de badiane. Mélanger bien.

Mijoter : Laisser mijoter à feu doux pendant 15-20 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les pommes soient tendres et que le mélange soit sirupeux. Rectifier l'assaisonnement avec du sel et du poivre. Une fois cuite, retirer l'étoile de badiane si utilisée. Réserver au chaud.

Suite de la recette



Page suivante

Préparation du foie gras :

Trancher le foie gras : Découper le foie gras en tranches d'environ 1,5 cm d'épaisseur. Saler et poivrer les tranches des deux côtés.

Cuire le le foie gras : Dans une poêle antiadhésive, faire chauffer l'huile à feu vif. Une fois la poêle chaude, déposer les tranches de foie gras.

Faire cuire les tranches de foie gras pendant environ 1 à 2 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Ne pas trop faire cuire le foie gras, il doit rester fondant à l'intérieur.

Dresser le plat :

Servir : Disposer les tranches de foie gras poêlées dans les assiettes.

Ajouter une généreuse cuillère de chutney de pommes à côté.

Conseils :

Pour un accord tout en harmonie, la finesse et la vivacité de notre champagne **Brut Blanc de Blancs 100 % chardonnay en magnum** (150 cl), sublimeront la délicatesse de ce plat.

Le chutney de pommes peut être préparé à l'avance et réchauffé juste avant de servir.

