

Foie gras poêlé à l'aigre-doux de pomme



Foie gras poêlé à l'aigre-doux de pomme

Difficulté : Facile

Temps de préparation : 35 min

Pour 6 personnes

Ingédients

1 foie gras de canard cru de 500 g ; 30 cl de jus de pomme ; 1 pomme granny smith ; le jus de 1/2 citron ; 2 cuil. à soupe de vinaigre blanc ; 150 g de sucre ; 1 gousse de vanille ; sel ; poivre du moulin

Préparation

Séparez les lobes du foie et à l'aide d'un petit couteau pointu, éliminez les plus gros nerfs, en prenant soin de ne pas trop abîmer le foie. Coupez-le en tranches d'environ 3 cm d'épaisseur. Réservez-les au réfrigérateur.

Versez le sucre et 10 cl d'eau dans une casserole à fond épais, portez à ébullition sans remuer, puis laissez un caramel commencer à se former. Dès qu'il blondit, versez le jus de pomme et le vinaigre (attention aux projections, protégez vos mains). Fendez la gousse de vanille et grattez les graines noires qu'elle contient au-dessus de la casserole. Remuez et laissez mijoter 10 min.

Lavez et essuyez la pomme. Coupez-la sans la peler en tout petits bâtonnets, arrosez-les de jus de citron et réservez.

Faites chauffer une poêle à fond épais et saisissez-y les escalopes de foie 30 secondes par face à feu très vif. Retirez-les de la poêle avec une écumoire, videz et essuyez la poêle. Remettez les escalopes à cuire à feu moyen 1 min par face. Salez et poivrez-les.

Disposez les escalopes dans des assiettes de service préchauffées, décorez-les de petits dômes de bâtonnets de pomme, entourez-les d'un cordon de sauce aigre-douce et servez aussitôt.

Sur une idée de Jean Sulpice, L'Oxalys, à Val Thorens (73).

Notes personnelles