

Foie gras de canard mi cuit



Préparation : **20 min**
Cuisson : **30 min**
Attente :



Niveau :

Facile

5 jours avant Noël : il est temps de préparer votre foie gras !

<u>Liste des ingrédients</u>		(pour 8 personnes)
Foie gras frais	1	
Armagnac		Ou Porto, ou Cognac
Gros sel		15g pour 100 g de foie
Poivre		1 g pour 100 g de foie

Recette :

- Enlever les veines du foie : c'est absolument nécessaire car elles donnent un goût amer. C'est le plus compliqué de la recette : ouvrir avec un couteau fin chaque lobe, dans la longueur, et repérer la veine.
- Dégager autour de la veine, sur toute sa longueur, puis retirer là en tirant doucement. Ne vous acharnez pas à tout enlever, le + gros suffit.

Astuce : Laissez tremper les foies 1 heure ou 2 dans de l'eau tiède salée histoire de les amollir et de sortir le sang, ce sera alors + facile.

Bon à savoir : on trouve chez un marchand de surgelés bien connu des foies crus déjà déveinés !



- Remettre en forme le foie et frotter avec du gros sel, du poivre et l'alcool choisi. Laisser reposer au réfrigérateur 1 nuit.
- Le lendemain, faire préchauffer le four, thermostat 5 (150°).
- Rincer à l'eau pour retirer l'excédent de sel et placer dans une terrine : le gros lobe en dessous, le petit par dessus.

Cuisson

- Faire cuire dans le four pendant 30 min, au bain marie.
- Laisser reposer et enlever l'excédent de graisse sur le dessus.
- Couvrir et mettre au réfrigérateur minimum 3 jours avant de déguster (idéalement 5 jours). Ensuite, votre foie gras se conserve une petite semaine.