

ESCALOPE DE FOIE GRAS DE CANARD POELE, VARIATION AGRUMES, MANGUE, PAMPLEMOUSSE

Ingrédients pour 4 personnes :

8 escalopes de Foie Gras surgelées
1 mangue
2 pamplemousses
1 citron
1 orange
25 g de sucre
20 cl d'huile d'olive
2 baies de genièvre
Sel, poivre
Piment d'Espelette

*_*_*_*_*_*_*_*_*_*

- La veille, réaliser la pâte d'agrumes : dans une casserole, mettez les zestes du citron, de l'orange et d'un pamplemousse, puis ajouter les segments de ces trois agrumes.
- Recouvrir avec l'huile d'olive, puis le sucre et le genièvre. Confire tout doucement à couvert pendant 1h 30' – enfin, égoutter en récupérant le liquide.
- Mixer fortement en rajoutant du liquide jusqu'à la texture désirée – réserver au frais dans un bocal.
- Prélever le zeste du deuxième pamplemousse, le cuire dans un sirop composé de 40 g de sucre et 200 g d'eau – cuire doucement pour que les zestes soient translucides. Enfin, les faire sécher au four à 100 ° pendant deux heures (voir vidéo).
- Le jour même : tailler la mangue et les segments du pamplemousse restant en brunoise (petits dés). Y ajouter un zeste séché réduit en poudre, du sel et du Piment d'Espelette et cuire tout doucement
- Poêler le foie gras 3 minutes de chaque côté directement dans une poêle.
- Dresser votre assiette en vous inspirant de la vidéo