

Foie gras de canard rôti entier, fraises acidulées Petits pois à la menthe et sauce gastrique



Ingrédients pour 6 personnes :

Pour le foie gras : 2 lobes de foie gras super extra, sel et poivre

Pour les légumes verts : 200g de petits pois, 200g de pois gourmands, 200g de cocos plats mange tout, 2 oignons blancs nouveaux, sel, sucre beurre

Pour la sauce gastrique : 1 cuillère de sucre, 5cl de vinaigre de Xérès, 3dl d'eau, 1 cuillère de fond de veau en poudre, quelques gouttes d'Arome Patrel, 6 fraises

Pour les fraises : 12 fraises gariguettes, sucre, 1 trait de vinaigre balsamique blanc

Les légumes :

Couper les cocos plats et les pois gourmands en losanges de 1cm.

Couper les oignons en petits quartiers.

Glacer séparément ces légumes dans un petit peu d'eau, sel, sucre et un noisette de beurre.

Rassembler les légumes.

La sauce :

Faire un caramel foncé avec le sucre. Déglacer avec le vinaigre et réduire jusqu'au caramel.

Mouiller avec l'eau. Ajouter le fond en poudre et cuire 10mn à petit bouillon pour obtenir une sauce onctueuse. Rectifier la couleur avec quelques gouttes d'Arome Patrel.

Ajouter les fraises coupées en dés. Et cuire 5mn avant de filtrer.

Les fraises acidulées :

Couper les fraises en 2 avec la petite queue verte attachée.

Saupoudrer de sucre et arroser d'un trait de vinaigre balsamique blanc.

Le foie gras :

Ne garder que le gros lobe pour cette recette et garder le petit pour une autre recette.

Assaisonner le lobe et le colorer dans une poêle antiadhésive sur toutes les faces.

Finir la cuisson au four 5mn à 180° et laisser reposer 5mn pour que la chaleur se diffuse.

Couper chaque lobe en 3 tranches épaisses.

Dressage :

Dresser au centre de chaque assiette un dôme de légumes bien chauds.

Poser dessus une escalope de foie gras. Disposer harmonieusement les fraises autour.

Verser un petit peu de sauce sur un côté.