




MENU de FÊTES
FOIE GRAS
MAISON
Cognac et Porto

Pour 3 ballotins de 250 g

- 1 kg de foie gras de canard frais
- 13 g de sel fin
- 3 g de sucre
- 3 g de poivre blanc moulu
- 2 càs de porto rouge
- 1 càs de cognac



MENU de FÊTES

- Ramenez le foie gras à température ambiante avant de le travailler. (Sortez-le du réfrigérateur au moins une heure avant)
- Écartez doucement avec le dos du couteau le foie gras partagé en deux. Déveinez ensuite délicatement avec le dos du couteau. Disposez à plat sur un papier film. **CONSEIL :** Pour récupérer un maximum de produit, passez tout ce que vous avez enlevé sur le foie gras (veines + morceaux), au tamis. Vous récupérez ainsi près de 10% de la masse totale du foie gras.
- Versez le Cognac et le Porto rouge et assaisonnez.
- Divisez le mélange en portions de 250 g. Découpez un rectangle de film alimentaire et formez un ballotin avec le foie gras. Serrez le tout. Répétez l'opération avec une feuille de papier aluminium. Rajoutez enfin une autre feuille de papier pour bien imperméabiliser le tout et serrez à nouveau.
- Pendant ce temps, faites bouillir une grosse casserole d'eau. A forte ébullition, plongez les ballotins de foie gras, retirez la casserole du feu et comptez 2 minutes de cuisson par 100 g de produits, soit 5 minutes pour un foie gras de 250 g. Pour que les ballotins de foie gras restent bien immergés, disposez une assiette retournée dessus.
- A la fin de la cuisson, retirez-les de l'eau et placez-les immédiatement 1 heure dans de l'eau glacée. puis placez-les au frais au moins 12h avant de les servir.



Ce foie gras se conserva une dizaine de jours au réfrigérateur.