

Foie gras poêlé, tartine de pain d'épices aux pommes caramélisées, sauce au cidre

Ingrédients : pour 4 personnes

4 belles escalopes de foie d'oie
4 tranches de pain d'épices
16 quartiers de pommes granit smith épluchés
25cl de fond brun lié
10cl de vinaigre de cidre
60g de sucre
sel poivre
germes, ciboulette
PM farine et beurre

Progression :



Fariner les escalopes de foie et laisser au frais. Dans une casserole mettre 50g de sucre à caraméliser et ajouter le vinaigre de cidre (gastric). Laisser réduire et ajouter le fond brun. Laisser réduire jusqu'à obtention d'une sauce onctueuse. Réserver au chaud ;

Dans une poêle antiadhésive faire revenir les quartiers de pommes jusqu'à coloration et ajouter le restant de sucre. Bien caraméliser et réserver sur une assiette.

Dans une poêle, ajouter du beurre et faire dorer les tranches de pain d'épices puis réserver sur une assiette.

Dresser les quartiers de pommes sur la tranche de pain d'épices et réserver à une température ambiante. Faire dorer les tranches de foie gras dans une poêle bien chaude, saler, poivrer et mettre sur les quartiers de pommes.

Mettre au four 5 à 6 min pour terminer la cuisson.

Dresser sur une assiette chaude, napper de sauce et mettre une pincée de germes avec une tige de ciboulette.