

Foie gras poêlé aux fruits secs

 Préparation :
20 minutes
+ 2 heures
de marinade

 Cuisson :
30 minutes

 Difficulté :
Moyen



POUR 6 PERSONNES



INGREDIENTS

- 1 foie gras de canard frais d'environ 600 g
- 2 abricots secs
- 2 pommes
- 2 figues sèches
- 30 g de raisins secs
- 1 datte
- 1 pruneau d'Agen dénoyauté
- 10 g d'écorce de citron et d'orange confits
- 30 g de cerneaux de noix
- 30 g d'amandes décortiquées
- 200 g de sucre
- 25 cl de vin blanc (de préférence Gewurztraminer)
- 5 cl de vinaigre de cidre
- 1 pincée de cannelle en poudre
- 1 anis étoilé
- poivre

PRÉPARATION

Dans un saladier mettre, abricots, figues, datte, raisins, pruneau, écorces de citron et d'orange coupées en dés, et les épices. Arrosez le tout de vin et laissez mariner au minimum 2 heures. Epluchez et coupez les pommes en dés.

Faire cuire 3 minutes une fois bouilli, le vinaigre avec le sucre et les pommes dans une casserole.

Ajoutez ensuite les fruits et sa marinade dans la casserole puis portez à ébullition.

Laissez frémir environ 5 minutes en remuant. Ecumez si besoin avant d'ajouter les noix et amandes.

Mélangez le tout et laissez confire 20 minutes. Coupez le foie gras en 12 tranches régulières juste avant de les saisir des deux côtés quelques instants dans une poêle bien chaude.

Salez et poivrez à votre goût. Servir le foie gras sur un lit de fruits secs.



Les raisins secs proviennent de variétés de raisins spécifiques. Ils peuvent être originaire de Turquie, de Grèce ou du Chili.