

Foie gras poêlé

en bouillon de crevettes grises

Partez à l'aventure gustative avec cette recette mariant un grand classique de la cuisine française à des saveurs plus exotiques venues d'Asie.



Ingrédients pour 4 personnes :

Pour le bouillon

250 g de crevettes grises
½ poireau (blanc et vert)
1 carotte
1 gousse d'ail
2 cm de gingembre frais
½ bouquet de coriandre fraîche
1 à 2 c à soupe de sauce huitre

Foie gras poêlé

50 g d'escalope de foie gras par personne

Petite salade :

Pour apporter fraîcheur et croquant, prévoir une petite poignée de fine roquette, ou de graines germées

Purée de Rutabaga :

300 g de rutabaga (ou navets) ou en mélange avec quelques carottes pour adoucir la saveur du rutabaga.
Crème liquide

Le bouillon :

Mettre tous les ingrédients (sauf la sauce huitre) dans le bol de Mister T et mixer 10 sec vit 5.

Débarrasser le tout dans une casserole, mouiller d'eau à hauteur et cuire à frémissement 15 mn SANS REMUER.

Laisser infuser et filtrer doucement et SANS PRESSER à l'aide d'une passoire fine ou du panier vapeur doublé d'un linge fin.

la sauce huitre et rectifier l'assaisonnement.

Si vous n'avez pas de sauce huitre, remettre en chauffe et réduire le bouillon pour corser les saveurs.

Astuce : si le bouillon est trouble, laissez le reposer une nuit au frais.

Purée de Rutabaga :

Eplucher les racines, les couper en cubes et dans le bol de mister T, les **hacher 3 à 5 secondes vitesse 5. cuire 35 mn à t° Varoma vit 1** au varoma (ou 20 mn dans le panier selon des quantités) au dessus d'1/2 litre d'eau salée.

Vérifier la cuisson, et réduire en purée **vitesse 4**.

Ajuster la texture (qui doit rester ferme) avec un peu de crème liquide. Rectifier l'assaisonnement (sel et poivre)

A savoir : Pour l'équilibre du plat, il ne faut pas saler beaucoup la purée pour créer un contraste avec le bouillon de crevette et faire ressortir le côté sucré du légume.

Foie gras poêlé(au dernier moment):

Au dernier moment, assaisonner et poêler rapidement les escalopes de foie gras

Conseils foie gras : Je vous conseille d'utiliser les escalopes de foie gras congelées. Elles sont régulières en épaisseur et en calibre et sont extra-fraîches (la fraîcheur du foie gras étant primordiale quand on le poêle). Plus le foie est « vieux », plus il fondra à la cuisson, et quelques jours c'est déjà beaucoup ! La Maison Rougié (aux Herbiers) en propose d'excellente qualité.

Dans ce cas, ne décongelez pas les escalopes. Commencez par les poêler à feu vif, une vingtaine de secondes de chaque côté puis baisser votre feu très doux pour terminer la cuisson à cœur. Vous trouverez d'autres infos en cliquant ici.

Organisation : vous pouvez réaliser la purée et le bouillon la veille et les réchauffer au moment de servir

Dressage:

Dans des assiettes creuses et CHAUDES :

- dresser une quenelle de purée.
- Déposer l'escalope de foie gras sur la purée
- Verser le bouillon TRES CHAUD
- disposer (pour la fraîcheur) un petit buisson de graines germées (de radis noir par exemple) ou de fines feuilles de Roquette roulées en buisson dans le creu de la main,.
- poivrer et servir

Conseil déco : Couper finement à la mandoline des rondelles de radis noir. Les saler et attendre 15 mn que le sel ramollisse un peu le radis. Inciser la tranche sur le rayon et rouler les tranches en cônes. Déposer 3 cônes par assiette.

Grandes tablées : Pour le bouillon de crevette, mixer tour à tour les ingrédients pour 4 personnes et mettez l'ensemble en cuisson avec l'eau.

Pour la purée de Rutabaga, vous pouvez au Varoma tripler sans soucis les quantités.