

Les Secrets de la Casserole

novembre 2011

LE FOIE GRAS RÔTI CONDIMENT DE LEGUMES D'HIVER AU FRUIT DE LA PASSION



Ingrédients : pour 6 personnes

6 escalopes de foie gras cru (env. 240g)	3 fruits de la passion	½ chayotte
30g de betterave Chioggia (rouge striée)	sucre	1 blanc de poireau
30g de betterave jaune	huile d'olive	Pousses de petits pois
30g de colrave (chou rave)		Huile d'olive
30g de carottes		Crème de balsamique blanc
30g d'ananas baby		
30g de céleri branche		
1 grenade		
huile de noisette, sel, poivre		

Le foie gras

Congeler les escalopes. Les cuire dans une poêle chaude sans gras. Bien colorer puis les déposer sur du papier ménager sur une plaque allant au four.

Terminer la cuisson 10min. au four à 75°C ou 2-3 min. à 230°C.

Le condiment de légumes

Cuire les 2 betteraves env. 20 min. à la marmite à vapeur. Une fois refroidies, les peler et les couper en petits dés. Faire bouillir de l'eau salée et cuire les carottes coupées en petits dés, faire refroidir sous l'eau froide. Faire de même avec le colrave en le gardant bien croquant. Couper en petits dés égaux l'ananas et le céleri branche. Mélanger le tout et assaisonner avec du sel, poivre et huile de noisette.

Mélanger avec les graines de grenade.

La salade

Couper en fines juliennes le poireau lavé et séché. A l'aide d'une mandoline, couper en tranches fines la chayotte. Mélanger le tout avec les pousses de petits pois. Réaliser une vinaigrette avec huile d'olive et crème de balsamique blanc. Assaisonner au dernier moment.

Le jus aux fruits de la passion

Ouvrir les fruits et récupérer la chair dans un récipient, la mixer rapidement et la passer au chinois pour ne récupérer que le jus.

Faire épaissir en donnant un bouillon avec un peu de sucre, incorporer un peu d'huile d'olive.

Dressage

Selon l'humeur !