



<http://cuisine.acidulee.com>

**Catégorie : Etrée**

## **Foie gras mi-cuit de canard**

Une recette de notre Guest star : Flamebleue

### **Ingrédients pour 10 personnes**

- 1 foie gras de de canard frais (ou décongelé) de 500 à 600 grammes
- poudre aux 5 épices
- 2 cuillères à soupe de Cognac
- Sel
- Poivre du moulin
- 1/2 verre d'eau

### **Temps de préparation**

- 15 minutes

### **Coût**

- Coût moyen, et nettement moins cher que si vous deviez en acheter un tout prêt !

### **Temps de repos**

- 2 x 24 heures

### **Durée cuisson**

- 45 minutes dans un four à 90-95°C

---

### **Préparation**

- Dénervé et déveiner la bête.
- Saupoudrer de sel, poivre et 5 épices sur toutes les faces.
- Prendre une terrine en silicone ou une terrine classique en terre cuite.
- Mettre le foie dans la terrine et arroser avec le cognac dilué dans 1/2 verre d'eau. Couvrir et mettre au frigo environ 12 à 24 heures.
- Au bout de 24 h sortir les foies du réfrigérateur. Les rincer sous l'eau du robinet pour bien enlever le sel et les épices.
- Sécher et remettre le foie dans la terrine en le tassant un peu. Laisser à température ambiante 4 à 6 heures.
- Faire cuire avec le couvercle de la terrine dans un four à 90 - 95° pendant 45 minutes pour un foie de 550 à 600 grammes.
- Après la cuisson, verser le gras du foie dans un bol : il pourra par exemple servir pour faire rissoler des pommes de terre.
- Bien tasser le foie gras en mettant une presse dessus, et laisser refroidir avant de le replacer au réfrigérateur au moins 24 heures.
- Au bout de 24 heures, sortir le foie gras du réfrigérateur, le démouler, et le découper en fines tranches. Il ne vous restera plus qu'à le dresser dans chaque assiette avec l'accompagnement de votre choix.

**Flamebleue vous souhaite bon appétit !**