

Escalopes de foie gras poêlées aux fruits rouges

4 personnes

Préparation 20 min

Cuisson 12 min

80 g de cassis

80g de groseilles

100 g d'épinards

30 g de beurre

1 carotte

1/2 oignon

30 g de céleri en branches

20 g de sucre en poudre

8 cl de vinaigre de vin

10 cl de vin rouge

20 cl de jus de canard

8 escalopes de foie gras de canard de 40 g

Sel, poivre.

Décor:

Pluches de cerfeuil

Pignons de pin grillés.

Laver et égrener les fruits rouges. Les réserver.

Équeuter, laver et égoutter les épinards, Dans une sauteuse, faire fondre 10 g de beurre et les cuire pendant 5 minutes. Réserver.

Couper la carotte, l'oignon et le céleri en petits dés, Faire revenir l'ensemble dans une sauteuse dans 10 g de beurre pendant 5 minutes.

Ajouter la moitié des fruits rouges et le sucre. Laisser caraméliser légèrement et ajouter le vinaigre et le vin. Réduire aux trois quarts et ajouter le jus du canard. Réduire de moitié et passer au chinois étamine.

Au moment de servir, ajouter le restant des fruits, 10 g de beurre et rectifier l'assaisonnement.

Assaisonner les escalopes de foie gras. Faire chauffer une poêle antiadhésive et les cuire 1 minute de chaque côté.

Dresser les épinards au centre de 4 assiettes. Disposer dessus les escalopes de foie gras et napper avec la sauce.

Décorer et servir.

Bourgueil : vin rouge au bouquet délicat de framboises, servi de 14 à 16°C.