



# Foie gras mi-cuit à la vapeur

TEMPS DE PRÉPARATION: 30 MN

DURÉE TOTALE : 6H30 MN

## PRÉPARATION :

### ETAPE 1 :

SORTEZ LE FOIE GRAS AU MOINS 1H AVANT LA PRÉPARATION. DANS UN PLAT CREUX MÉLANGEZ LE SEL, LE POIVRE, LES ÉPICES ET LE SUCRE. SÉPAREZ LES LOBES ET FROTTEZ LES AVEC LE MÉLANGE. REMETTRE LES LOBES DANS LE PLAT CREUX ET ARROSEZ AVEC L'ALCOOL CHOISI. COUVRIR D'UN FILM ALIMENTAIRE ET LAISSER AU FRIGO AU MOINS 6H, EN LES RETOURNANT DE TEMPS EN TEMPS.

### ETAPE 2

RECONSTITUEZ LE FOIE À LA MAIN ET LE DÉPOSER AU CENTRE D'UNE FEUILLE DE PAPIER FILM TRANSPARENT DE 50 CM DE CÔTÉ ENVIRON ET SERREZ LES CÔTÉS DU FILM EN ÉVACUANT BIEN L'AIR, PUIS ROULEZ LE "BOUDIN" AFIN DE FORMER UN CYLINDRE D'ENVIRON 7 CM DE DIAMÈTRE. RENOUVELEZ L'OPÉRATION DANS 4 AUTRES FEUILLES EN SERRANT BIEN LES EXTRÉMITÉS ET NOUEZ LES CÔTÉS AVEC UNE FICELLE.

INGRÉDIENTS :  
(POUR 6 PERS)

- 2 C À C DE SEL
- 1 C À C DE 4 ÉPICES
- 1 C À C DE SUCRE
- 4 C À S DE COGNAC (OU MARTINI OU MUSCAT)
- 2 PINÇÉES DE POIVRE
- 1 FOIE GRAS CRU ÉVEINÉ DE 500/600 G
- FILM ALIMENTAIRE ET FICELLE

### ETAPE 3 :

PORTEZ À ÉBULLITION 1 LITRE D'EAU DANS UNE COCOTTE, DÉPOSEZ LE FOIE DANS LE PANIER PUIS COUVREZ AVEC UN COUVERCLE NORMAL. LAISSEZ CUIRE 10 MINUTES. RETOURNEZ LE FOIE GRAS ET LAISSEZ CUIRE ENCORE 10 MINUTES. METTRE À REFROIDIR 30 MN DANS UN SALADIER D'EAU FRAICHE AVEC DES GLAÇONS. LAISSEZ REPOSER AU FRIGO PENDANT AU MOINS 3 JOURS. LE JOUR DE LA DÉGUSTATION, ENLEVEZ LES COUCHES DE FILM ET COUPEZ EN TRANCHE.

Recette proposée par

 **HUGUIER FRÈRES**  
Viandes de terroirs | Charcuteries | Produits d'épicerie

