

☆ LE FOIE GRAS DE CANARD

foie gras de canard mi cuit au Thermomix

POUR UN FOIE DE 500 GR (env)

4 c à soupe de cognac (ou un vin blanc moelleux)

2 cuil à café rases de sel fin

quelques tours de moulin de poivre 5 baies

du cellophane bien large

éveiner le foie gras ([technique ici](#))

2 ou 3 gros bacs de glaçons

matériel utile:

un plat assez profond et long

du cellophane micro-ondable



éveiner le foie [ici](#)

le mettre dans un saladier avec 2 c à soupe de cognac , un c à café de sel fin , un peu de 5 baies

couvrir et ranger au frais 30Mn

Retourner le foie dans le saladier et remettre 2 c à soupe de cognac, une c à café de sel et un peu de poivre 5 baies

laisser à nouveau mariner 30 mn

Déroulez devant vous du cellophane et superposez 2 feuilles de film assez longues

attention: les feuilles devront être assez larges ou le boudin de foie pas trop gros afin que la largeur des feuilles en fasse le tour et puisse fermer en se chevauchant confortablement

Il faudra en outre que les feuilles fassent 20 à 30 cm de plus en longueur que le boudin

au bout de ce temps reformer le foie en un bloc cylindrique que vous déposerez au milieu de milieu des 3 ou 4 feuilles de cellophane

Étape 1

Rouler le boudin reconstitué dans la cellophane et serrez bien afin de n'avoir aucune poche d'air dedans

Prenez le bout de chaque côté du boudin assez près du foie gras et faites rouler le boudin sur votre plan de travail et repliez les bouts le long du boudin

A l'aide de la pointe d'un couteau piquez ce boudin de plusieurs trous qui permettront l'écoulement de la graisse

Étape 2

Préparez à nouveau 2 films superposés et centrez votre boudin en prenant soin de bien mettre la fermeture au milieu des films et roulez à nouveau le boudin sur le plan de travail

recommencez une troisième fois avec a nouveau 2 feuilles de film (surtout bien penser a center la "soudure au milieu des films afin d'avoir un boudin le plus étanche possible, doublez bien Refaites encore 2 fois cet emballage puis faites un nœud à chaque extrémité

Étape 3

Posez le foie dans votre Varoma vous pouvez en faire cuire 2 ou 3 à la fois, mais il faudra veiller à ce qu'ils ne se touchent pas si possible

mettez 700 gr d'eau dans le bol et programmez 15 mn, varoma vit 1 une première fois, retournez les foies et reprogrammez 15 mn varoma vit1

pendant la deuxième partie de la cuisson vous mettrez de l'eau avec les glaçons dans un plat

une fois la cuisson terminée vous mettrez le foie à refroidir rapidement dans l'eau glacée, laissez le 2 à 3 heures (il doit être suffisamment ferme avant de le ranger au réfrigérateur

laissez maturer entre 3 a 12 jours

non déballé il se conservera 3 à 4 semaines au réfrigérateur



♥ conseils troll tef:

l'alcool n'est absolument pas obligatoire, vous pouvez tout aussi bien le faire nature

je trouve que le vin blanc moelleux donne moins d'amertume au foie

j'aime bien mettre du Montbazillac ou un compté Tolosan ou un Bergerac

vous pouvez aussi mettre tout autre alcool

du rhum avec les graines d'une gousse de vanille, ...c'est à mon sens divin

diminuez le sel et mettez un peu de fleur de sel dessus avant de le servir ça apportera du croquant