

## Le Foie gras

C'est simple, c'est facile, il faut juste maîtriser sa cuisson. Vous trouverez ci-dessous plusieurs méthodes que j'ai toutes essayées.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site : <http://www.la-maison-d-aurette.com/6.html>

Ne lésinez pas sur le choix du foie gras, il doit être ferme au toucher, peu veineux.

**L'assaisonnement** : On assaisonne le foie gras avec un peu de sel fin (préférez la fleur de sel) et du poivre blanc du moulin. Parfois un peu de sucre, des épices, de l'alcool.

Les proportions sont de : pour 500g de foie gras cru, on compte 10g d'assaisonnement soit, 8g de sel, 2 g de poivre, auquel s'ajouterons éventuellement, les épices et l'alcool.

### Foie gras au torchon

Simple, sans matériel, bon résultat



**Foie gras nature (sel, poivre, sucre)**

#### Préparation

Le mettre 2 à 3 heures avant à température ambiante, le déveiner

Puis le mettre dans de l'eau glacée avec du sel fin 2 heures au réfrigérateur

Bien le sécher, l'assaisonner à son goût (8g de sel, 2g de poivre, 1g de sucre et si on le désire 1 pincée de 4 ou 5 épices ou une pincée de noix de muscade) et le laisser macérer 12h si possible

Après macération, en faire un boudin et le rouler très serré dans 2 à 3 tours de film alimentaire

Ficeler les deux bouts soigneusement, recommencer la même opération dans un autre film alimentaire

Puis l'enrouler dans un torchon propre bien serré, ficeler les 2 bouts

Faire bouillir une grande casserole d'eau à gros bouillons, éteindre attendre que l'eau ne piquette plus (2 à 3 mn)

plonger le boudin de foie gras dans l'eau, couvrir et attendre le refroidissement complet au besoin toute la nuit

Puis essorer les 2 bouts du torchon, mettre au réfrigérateur sur une assiette jusqu'au lendemain

Enlever le torchon, conserver le foie gras au réfrigérateur dans ses films alimentaire

Si possible démailloter le foie gras 2 jours avant de le servir, le mettre sur un plat de service protégé d'un film alimentaire

### Foie gras en terrine Mastrad et sa sonde de cuisson

Matériel, terrine Mastrad et thermomètre à sonde, Simple, pratique, rapide, **très** bon résultat, suivre les indications livrées avec le mode d'emploi.



**Foie gras au safran de la Maison d'Aurette**

Liens vidéos correspondants à son utilisation

[http://www.dailymotion.com/video/xvr3e\\_recette-de-foie-gras-du-chef-simon\\_creation#from=embediframe](http://www.dailymotion.com/video/xvr3e_recette-de-foie-gras-du-chef-simon_creation#from=embediframe)

[http://www.youtube.com/watch?v=a\\_I9wa6ooVI](http://www.youtube.com/watch?v=a_I9wa6ooVI)

## Foie gras de canard confit dans sa graisse sans déveinage

(Best of Alain Ducasse page 14/15/16)

Pas de déveinage, mais la cuisson est plus difficile à maîtriser, il faut thermomètre sonde et de la graisse de canard. Très bon résultat.

### Ingrédients pour 6 personnes, 20 jours à l'avance (recette d'Alain Ducasse)

1 lobe de foie gras cru d'environ 600g

4 cl de cognac

15g de sel fin

3 g de poivre blanc du moulin

2 g de sucre

2 l de graisse de canard

Fleur de sel

Poivre pour mignonnette

Accompagnement : Pain de campagne, 12 figuettes séchées

### Préparation

Enduisez tous les côtés du foie gras de cognac

Mélangez le sel fin, le poivre et le sucre

Versez cet assaisonnement sur le foie

Couvrez le récipient contenant le foie d'un film alimentaire, laissez reposer 1 nuit au réfrigérateur

Sortez le foie gras 1 heure avant la cuisson

Faites chauffer la graisse à 80°C

Plongez le foie gras dans la graisse à l'aide d'une écumoire, côté bombé du foie vers le fond de la casserole

Faites cuire 15 minutes en jouant avec l'intensité du feu et l'ajout de graisse froide pour que la température reste entre 75 et 80°C.

Retournez le foie gras, laissez-le cuire 15 minutes. Vérifiez la cuisson, soulevez le foie et posez le doigt entre les deux parties du lobe. Le foie gras doit atteindre 40°C à cœur

Sortez le foie gras de la casserole à l'aide de l'écumoire et déposez-le sur une grille. Couvrez. Laissez refroidir la graisse de cuisson et la mettre en boîte, vous pourrez vous en servir pour cuisiner

Laissez le foie gras s'égoutter 2h environ. Enveloppez-le ensuite dans plusieurs épaisseurs de film alimentaire bien serré, réservez 20 jours au réfrigérateur.

## Terrine de foie gras au four

Méthode traditionnelle, Terrine, thermomètre, planchette pour tasser, cuisson plus difficile à maîtriser, très bon résultats

### Ingrédients pour 1kg de foie gras

16g de fleur de sel

4g de poivre blanc du Penja

2g de sucre

1 pincée de 4 épices ou 5 épices

Le mélange se conserve dans un bocal fermé

### Préparation

Dénervés les foies délicatement

Mettre un peu d'assaisonnement dans le fond de la terrine

Mettre une couche de foie, assaisonner, répéter l'opération jusqu'à ce que la terrine soit pleine

Préchauffer le four à 150°

Préparer un bain marie à 70°

Faire cuire entre 20 et 25 mm maximum quelque soit la taille de la terrine

Sortir la terrine du four

Laisser refroidir à température ambiante

Si le foie a beaucoup diminuer changer de terrine

Mettre une petite planchette recouverte de film alimentaire sur les terrines

Appuyer la planchette doucement sur le foie

Mettre un poids sur la planchette, mettre les terrines au réfrigérateur

Le lendemain rajouter de la graisse pour recouvrir entièrement le foie

Couvrir la terrine de film alimentaire, mettre au réfrigérateur

Consommer de préférence 1 semaine après

## Super astuces pour la terrine de foie gras

Je vous laisse le soin de découvrir cette technique, la description est longue et imagée. C'est facile, pas de matériel à part la terrine, très bons résultats. Cette méthode a été essayée sans le film alimentaire.

Technique révolutionnaire d'Eric Léautey

<http://culinotests.fr/news/super-astuce-pour-la-terrine-de-foie-gras-maison>