

Qu'est-ce qu'on mange le 06/12/06 ?

Un Noël sans cuisine 2/3, Le plat. **I LOVE LA VIANDE, Agneau au foie gras et navets glacés**



1/ Le pain.

Trancher le pain, couper la croûte, le faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive. Si vous voulez tout savoir, j'ai utilisé une huile infusée au piment. Facile. Nettoyez la poêle.

2/ Les navets.

Peler les navets, les détailler en dés et les cuire à la vapeur ou dans l'eau bouillante salée, 6 à 7 minutes environ. C'est comme les blanchir, mais en plus long.

Les rincer à l'eau froide et réserver.

3/ La viande.

Trancher le foie gras, ça c'est facile. Badigeonner l'agneau de sauce Tonkatsu. Saisir les noisettes de viande à feu fort, quelques minutes de chaque côté, saler et poivrer. Retirer du feu et laisser s'attendrir la viande.

4/ Assemblage rapide...

Le foie gras ne supportera pas 2h d'être soumis à la chaleur de la viande ou des toasts, il faut donc procéder en dernière minute.

Chauffer une poêle à feu fort avec un peu d'huile, y jeter les navets et bien remuer, baisser le feu. Incorporer le sirop d'érable, saler et laisser cuire doucement pendant 15 minutes environ.

Réchauffer rapidement les toasts et la viande. Disposer le pain dans les assiettes, et trancher la viande en lamelles. Les navets sont prêts, et voilà... Ajouter un peu de tonkatsu sur l'assiette.



Pour 4 personnes :

- 600g de noisette d'agneau
- 200g de foie gras de canard
- 6 navets moyens
- 5cs de sirop d'érable
- Sauce Tonkatsu*
- Sel, poivre du moulin
- Huile d'olive
- 12 tranches de pain au levain (avec ou sans céréales)* *

* Sauce japonaise, on la trouve dans certaines épiceries. Sinon, on peut bricoler un faux semblant avec ketchup, sauce soja et miel.

** Le pain idéal à mon avis, c'est le pain Cosaque de la boulangerie Stübli à Paris. mais en remplacement, un pain dense un peu humide, au goût de levain prononcé.