

Menus - Propos

Menus Et Notes Utiles Simples Pour Recettes Odorantes Piquantes Olfactives Succulentes

ESCALOPES DE FOIE GRAS-POLENTA AUX RAISINS SECS JUS CAMELISE AUX EPICES

pour 4 personnes :

Jus caramélisé : 25cl vin blanc - 25cl porto rouge - 80g sucre - 3 étoiles de badiane - 6 graines de cardamome - 1 gousse de vanille -

Verser dans une casserole le vin blanc et le porto, ajouter le sucre, la badiane, la cardamome, la gousse de vanille fendue en 2 et grattée. Porter à ébullition, baisser le feu et laisser réduire jusqu'à la consistance d'un sirop.

Polenta : 1l lait - 25cl crème liquide - 25g beurre - 3càs raisins secs blonds - 200g polenta instantanée - sel - poivre -

Verser dans une casserole le lait, la crème, le beurre, les raisins secs. Porter à ébullition, retirer du feu, ajouter en pluie la polenta. Remettre à cuire sur feu doux en remuant au fouet constamment pendant 5 minutes. Saler, poivrer. Remuer. Réserver au chaud au four à 60° en couvrant jusqu'au moment du service.

Escalopes de foie gras : 8 escalopes de foie gras surgelées - sel - poivre -

Dans une poêle anti-adhésive préchauffée, poser les escalopes, les cuire à feu vif 3 minutes. Les retourner. Cuire 5 minutes à feu doux. Saler, poivrer.

Service : dans chacune des assiettes chaudes, déposer 2 càs de polenta, disposer 2 escalopes de foie gras, arroser de 3 càs de jus caramélisé. Verser le reste de jus dans une saucière.