



Copeaux de foie gras et Mirabelles de Lorraine compotées au miel

Préparation : mn Cuisson : mn Attente : Difficulté : Coût :

INGRÉDIENTS

- | | |
|--|--|
| - 240 g de foie gras de canard cru | Pour la compotée : |
| - 5 cl d'eau de vie de mirabelle | - 750 g de Mirabelles de Lorraine |
| - 1 cuil. à soupe de vinaigre de Melfort | - 30 g de beurre |
| - 1 pincée de 4 épices (muscade, cannelle, clous de girofle, poivre) | - 2 cuil. à soupe de miel d'Acacia |
| - sel | - 1 pincée de 4 épices |
| - poivre du moulin | - 1 cuil. à soupe de vinaigre de Melfort |

PRÉPARATION

Réalisez des copeaux de foie gras avec une mandoline ou un couteau bien aiguisé. Saisissez-les dans une poêle pendant 3 mn. Réservez sur du papier absorbant. Déglacez la poêle avec l'eau de vie et le vinaigre de Melfort.

Préparez la compotée :

Faites revenir les mirabelles dénoyautées et coupées en deux dans le beurre et le miel d'Acacia. Lorsqu'elles sont bien dorées, ajoutez les épices et laissez compoter 30 mn à feu très doux. En fin de cuisson, ajoutez le vinaigre de Melfort. Réservez.

Dressez dans chaque assiette les copeaux de foie gras avec la compotée de mirabelles. Décorez avec des oreillons de mirabelles frais et versez joliment la sauce de cuisson du foie gras.

SUGGESTIONS ET CONSEILS

Vous pouvez aussi déglacez le foie gras avec du Muscat Corse ou du Banyuls. Ces deux vins se boivent aussi très bien en accompagnement. Pour garder quelques morceaux de mirabelles dans la compotée, réduisez le temps de cuisson.

NOTES

© Mirabelle de Lorraine. Tous droits de reproduction réservés. Reproduit par Cooking2000 avec l'autorisation des Mirabelles de Lorraine