

recette écomiam

# BALLOTIN DE FOIE GRAS MI-CUIT



6 pers.



30 min



4 min

## Ingrédients

### Surgelés écomiam

• 500 g de foie gras de canard extra déveiné cru écomiam décongelé

### Épicerie / Marché

• 8 g de sel  
• 3 g de poivre  
• 1 cl de vin xérès + 1 cl de Noilly Prat ou 2 cl de cognac  
• Pour le dressage : quelques gouttes de miel ou de crème de vinaigre balsamique, de la mâche, une figue fraîche, une càc de compotée de figue

## Préparation

- Préchauffez votre four à 220 °C.
- Disposez le foie gras dans un plat allant au four, ajoutez le sel, le poivre et le volume d'alcool.
- Tournez le foie gras pour bien l'imbibber et bien diffuser tous les arômes.
- Mettez au four 2 min, retournez le foie gras puis enfournez de nouveau 2 min, pas plus pour ne l'agresser.
- Égouttez le foie gras en le déposant quelques instants dans une passoire puis disposez-le dans un linge et réalisez un petit rouleau (astuce : bien serrer le torchon contre le foie gras de manière à constituer un petit boudin).
- Pincez les extrémités, bloquez avec une ficelle et réservez au réfrigérateur 24 h.
- Coupez la ficelle, déroulez le linge pour récupérer votre ballotin et remodelez-le dans un film alimentaire.
- À l'aide d'une lame de couteau trempée dans de l'eau chaude, coupez votre foie gras en tranches de 1,5 cm.
- Dressez l'assiette en déposant 2 tranches, quelques gouttes de miel ou de crème de vinaigre balsamique, de la mâche, et des quartiers de figues.

Bon appétit !