

*Entrées chaudes à la viande*

# Foie gras poêlé et chutney de poire / ananas



**1h 40 min 20 min 0 278**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

## Étape 1

### Préparation du chutney

- 1 Éplucher l'ananas à l'aide du couteau scie et le tailler en brunoise en prenant soin d'ôter le bois, c'est-à-dire le centre du fruit qui est beaucoup trop dur.
- 2 Préparer deux casseroles et verser dans chacune, la moitié du miel et du vinaigre.
- 3 En mettre une à chauffer et la porter à ébullition.
- 4 Lorsque le liquide est bien en ébullition, verser la brunoise d'ananas et laisser cuire 15 minutes à petite ébullition sur feu moyen.
- 5 Rincer et éplucher la poire avec un économiseur puis la tailler également en brunoise avec un couteau éminceur.
- 6 Mettre la deuxième casserole à chauffer et la porter également à ébullition.
- 7 Y verser la brunoise de poire et cuire durant 5 minutes à petite ébullition.
- 8 Préparer un saladier et poser une passoire par dessus.
- 9 En fin de cuisson, débarrasser l'ananas et la poire en les mélangeant dans la passoire pour les égoutter.  
Verser dans un saladier et réserver le chutney au

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le foie gras

4 tranche(s) **Foie gras cru**  
1 **Sel**  
1 **Poivre**

### Ingrédients pour le jus de canard

20 cl **Jus de canard**

### Ingrédients pour le chutney

200 g **Ananas**  
200 g **Poire**  
300 g **Miel**  
30 cl **Vinaigre de vin**  
1 **Quatre-épices**

### Ingrédients pour le décor

1 **Pousses de betterave**

10 réfrigérateur.

## Étape 2

### Préparation du foie gras

- 1 A l'aide d'un couteau à longue lame trempée dans l'eau chaude, tailler une tranche par personne dans la longueur du foie gras cru.
- 2 Réserver sur une assiette au frais.

## Étape 3

### Préparation du jus

- 1 Verser le jus de canard dans une casserole et le chauffer.
- 2 Si besoin, le faire réduire afin d'obtenir une consistance nappante puis le maintenir au chaud.

## Étape 4

### Cuisson du foie gras

- 1 Préparer un grand plat recouvert de papier absorbant.
- 2 Faire chauffer à sec une ou deux grandes poêles suivant le nombre de tranches à poêler et la taille des poêles.
- 3 Saisir vivement les tranches de foie gras des deux côtés pour les colorer et les assaisonner de sel et de poivre.
- 4 Les arroser une petite minute avec leur gras de cuisson et les débarrasser sur le papier absorbant.

## Étape 5

### Dressage

- 1 Dresser les tranches de foie gras sur chaque assiette et assaisonner avec un peu de fleur de sel.
- 2 Dresser rapidement le chutney de poire / ananas sur les tranches de foie gras poêlé en réalisant des quenelles avec deux cuillères à soupe.
- 3 Décorer les assiettes avec une feuille de pousses de betterave.
- 4 Décorer l'assiette avec le jus de canard réduit en dressant quelques ronds et servir.