

Recette

Pot au feu de Foie Gras et Gambas Mélanges de Légumes et Huile de Cardamone Verte



Pour 8 personnes

Escalope de Foie Gras : +/- 60 gr : 8 personnes
Gambas 10/15 : 16 pièces
Pousses et fleurs de saison

Le bouillon

Tête de gambas : 16 pièces
Carotte : 2 pièces
Fenouil : ½ pièce
Vin blanc : 0.4 litre
Bouillon de légumes : 0.5 litre
Thym frais : 2 branches
Graisse de canard

La clarification

Blanc d'œuf : ½ litre
Carotte : 1 pièce
Fenouil : ¼ pièce
Cerfeuil : 4 branches
Persil blanc : 2 branches

L'huile de cardamone

Huile de pépin de raisin : 0.5 litre
Cardamone verte : 50 grammes

La garniture

Carotte pourpre : 2 pièces
Betterave jaune : 1 pièce
Brocolis : 1 pièce
Concombre : 1 pièce
Chou rave : 1 pièce
Radis : 1 botte
Courgette : 1 pièce

Commencer par séparer la tête des queues de gambas, puis les décortiquer.
Retirer le boyau et garder au frais.

Concasser les têtes de gambas.

Faire revenir dans une cocotte la graisse de canard avec la garniture aromatique, colorer légèrement.
Mouiller au vin blanc et faire réduire à sec. Ajouter le bouillon de légumes.
Cuire 20 minutes. Passer le bouillon au chinois fin. Mixer le blanc d'œufs avec la carotte et le fenouil.

Dans une casserole haute, faire bouillir le bouillon, ajouter la clarification en faisant un tourbillon.
Mettre à feu doux et cuire 5 à 10 minutes.
Filtrer le bouillon dans un linge propre et le garder dans le bain Marie chaud.

Eplucher, tailler les légumes et les cuire à l'anglaise individuellement. Refroidir dans l'eau glacée et égoutter sur un papier absorbant.

Chauffer l'huile de pépin de raisin à 100°C, ajouter la cardamone verte et laisser infuser.

Séparer en deux le bouillon de gambas. Une partie pour cuire les Foies Gras et l'autre partie pour verser dans l'assiette.

Poêler les escalopes de Foie Gras à la graisse de canard des deux côtés.
Finir la cuisson du Foie Gras dans le bouillon à frémissement. Ajouter les queues de gambas.
Cuire 2 minutes. Réchauffer les légumes à la vapeur.

Dans une assiette creuse et chaude, disposer l'escalope de Foie Gras au milieu, ajouter les 2 queues de gambas, puis les légumes autour, le tout harmonieusement.
Arroser d'une petite cuillère d'huile de cardamone et décorer avec des pousses et fleurs de saison.
Une fois à table, verser le bouillon de gambas très chaud dans chaque assiette.

Bonne dégustation