

Tout en subtilité

B. WINNEMANN



## Le foie gras d'Anne-Sophie Pic

PREPARATION . 15 MIN

CUISSON - 6 MIN

POUR 4 PERSONNES

• 1 foie gras de canard cru de 500-600 g, prêt à cuire • 1 litre de vin rouge (crozes-hermitage) • 50 g de sucre en poudre • 10 cl de crème de myrtilles • 1 bâton de cannelle • 1 étoile de badiane • 2 g de graines d'anis • 10 g de sel fin • 2 pincées de poivre noir.

RÉALISATION

• Dans une casserole, chauffez le vin avec le sucre, la crème de myrtilles, la cannelle, la badiane et l'anis. À l'ébullition, retirez du feu puis laissez refroidir

• Laissez le foie gras à température ambiante pendant quelques minutes. Poivrez-le, salez-le délicatement sur toutes les faces en veillant à bien répartir le sel. Pour cela, le sel ainsi que vos doigts doivent être bien secs.

• Versez le vin aux épices dans l'autocuiseur. Placez le foie gras dans le panier. Plongez celui-ci dans l'autocuiseur, le foie doit être entièrement recouvert. Fermez l'autocuiseur. Mettez sous pression et comptez 6 min de cuisson à feu doux.

• Au terme de la cuisson, retirez du feu. Attendez 4 à 5 min avant d'ouvrir l'autocuiseur. Servez le foie gras chaud, accompagné d'une mousseline de betterave

à l'orange. 3 betteraves cuites mixées avec le zeste râpé et le jus d'1 orange et 25 g de beurre fondu. Le tout arrose d'un peu de jus de cuisson dégraissé.

Vous pouvez aussi le servir froid, refroidi dans sa marinade puis réfrigéré 12 h. Accompagnez-le de mousseline de betterave agrémentée d'huile d'olive à la place du beurre et relevée d'un filet de vinaigre de Xérès et de tranches de pain grillé.

**COMME UN CHEF** Anne-Sophie Pic conseille vivement d'acheter le foie gras chez un volailler en le commandant à l'avance. Il doit être le plus frais possible, sinon il rendra beaucoup de graisse.