

Escalopes de foie gras poêlées aux pommes

PREPARATION : 30 mn – cuisson : 10 mn

Pour 4 personnes

Ingrédients :

- 450 g de foie gras cru ou 4 escalopes de foie gras cru
- 4 pommes Reinettes
- 200 g de miel
- sucre en poudre
- 1 grand verre de vinaigre de cidre
- Fleur de sel et poivre



Préparation :

- Découpez votre foie gras cru en escalopes de 2 cm d'épaisseur maximum ou utilisez des escalopes de foie gras déjà préparées fraîches ou surgelées.
- Faites dorer vos escalopes dans une poêle anti-adhésive sans matière grasse
- 2 à 3 min de chaque côté, pour les escalopes fraîches
- 4 min de chaque côté pour les escalopes surgelées
- faites dorer les pommes finement tranchées, dans un mélange de beurre et d'huile.
- Déglacez avec du vinaigre de cidre et du miel de pays.
- Dressez les escalopes et les pommes dans des assiettes chaudes et nappez les de la sauce au miel brûlante.

Conseils :

- Pensez à bien assaisonner votre plat.
- Servez ce plat avec un vin blanc moelleux.
- A la place des pommes vous pouvez cuisiner des pêches, des raisins ou des figues