



## Marbré de Foie Gras aux Epices

Recette Bruno Passion cuisine du 20/12/2014

### Préabule :

Dans la recette originale, l'épice utilisé est un simple mélange "4 épices" classique. Si vous avez un bon marchand d'épices, faites lui réaliser le mélange suivant :

- 1 dose de poudre de gingembre
- 1 dose de poudre de curry
- 1 dose de poudre de cannelle
- 2 dose de poudre de cumin

Le foie utilisé est une foie déjà en escalopes et surgelé. La raison est simple : dans les lobes il y a de nombreuses veines qui, lorsque l'on utilise un foie entier pour faire des escalopes, ne peuvent être enlevées. De ce fait la texture à certains endroits sera désagréable. Dans les escalopes surgelées de qualité seules les parties les moins veinées sont utilisées, ce qui réduit les problèmes de texture. Bien entendu de ce fait le prix est souvent assez élevé, mais le résultat sera bien meilleur.

### Ingrédients pour une terrine de 8 personnes :

- > 500 gr de foie gras surgelé en escalopes
- > 1 CàS de d'un mélange de d'épice (4 épices ou mélange décrit ci-dessus)
- > 1 CàS de farine blanche
- > 1 CàC de sel (si possible nitraté, cf astuces de la recette du foie gras au naturel)
- > 1 CàC de sucre semoule

### Préparation :

Faire décongeler les escalopes comme précisé par le fabricant.

Mélangez épices, sucre, sel et farine de façon très homogène.

"Paner" les tranches dans le mélange, et retirer l'excès de panure.

Faire chauffer une poêle à feu vif (mais pas au maximum non plus) et y poêler les tranches un peu moins d'une minute de chaque côté. Il n'est pas nécessaire de les cuire à cœur mais juste de les saisir.

Rangez soigneusement les tranches dans une terrine rectangulaire d'environ 10 cm. N'hésitez pas à bien serrer les tranches entre elles. Dégraissez la poêle au fur et à mesure et débarrassez le gras dans un bol. Lorsque l'assemblage est terminé, recouvrir du gras réservé, mettre le couvercle puis mettre la terrine au frigo pendant 3 jours.

Bruno Passion Cuisine

Site : [www.brunopassioncuisine.fr](http://www.brunopassioncuisine.fr)

E-mail : [brunopassioncuisine@free.fr](mailto:brunopassioncuisine@free.fr)

Facebook : <https://www.facebook.com/bruno.terchef>

Tél : 06 26 72 60 01



# Bruno Passion Cuisine

Cuisinier & Coach Culinaire



## Astuces :

J'ai proposé cette recette avec des escalopes déjà faites, ce qui implique un coût plus élevé. Vous pouvez aussi décider de prendre un foie entier (non déveiné car sinon les escalopes vont se désagréger à la cuisson) et de le couper en escalopes.

Dégustez ce foie gras avec un bon pain au levain de type campagne légèrement grillé.

Bien entendu, vous pouvez facilement congeler cette terrine et la conserver ainsi 3 ou 4 mois au congélateur. Vous pouvez donc anticiper facilement l'augmentation des prix des fêtes et préparer vos foies à l'avance.

## Accord mets & vin :

Avec cette terrine, je vous conseille un vin blanc de cépage viognier qui se mariera parfaitement avec votre foie gras.



Bruno Passion Cuisine

Site : [www.brunopassioncuisine.fr](http://www.brunopassioncuisine.fr)

E-mail : [brunopassioncuisine@free.fr](mailto:brunopassioncuisine@free.fr)

Facebook : <https://www.facebook.com/bruno.terchef>

Tél : 06 26 72 60 01