

## Foie gras de canard

1. Déveiner le canard : se référer à Youtube.
2. Assaisonnement : pour un foie de 500g : 7g de sel, 1g de mélange 4 épices, 1g de poivre, 3 cl de cognac.
3. Cuisson - La cuisson à l'eau bouillante : méthode très simple, réussite assurée!
  - Placer le grand lobe sur un film étirable résistant à la chaleur, l'assaisonner.
  - Placer le second lobe dessus et refermer le foie et l'assaisonner.
  - Refermer le foie en faisant 2 tours de film. Rouler un peu à la façon d'une ballotine, et faire un noeud avec les extrémités.
  - Tourner le foie d'1/4 de tour et l'emballer de nouveau dans 2 tours de film de cuisson.
  - Recommencer 3 fois (6 emballages au total).
  - Faire chauffer de l'eau (1 litre par 100g de foie, soit 5 litres pour un foie de 500 g). A ébullition, arrêter le feu et immerger le foie. Placer un poids pour immerger le foie (petit saladier...). Laisser revenir à température ambiante.
  - Bien essuyer le foie gras et le mettre au réfrigérateur au moins 5 jours avant de le consommer.
  - Le jour J, enlever le film étirable, puis enlever la "coque" de gras (le gras se trouve tout autour et protège le foie) et couper le foie en tranches!

