



tauzin

SAINT-SEVER en GASCOGNE

Terrine de Foie gras de canard mi-cuit

La clé de la réussite de votre foie gras mi-cuit réside dans l'achat d'un foie de qualité.

Nous vous préconisons : un foie extra : c'est-à-dire d'un poids allant de 450 à 550 g (au dessus de ce poids, le risque de fonte est plus élevé).

Un foie issue d'un canard fermier, c'est-à-dire un canard qui a été gavé à l'âge adulte avec du maïs grain.

La fraîcheur du foie : des études scientifiques ont prouvé que plus le temps entre l'abattage du canard et la cuisine du foie est long et plus le taux de fonte est élevé. C'est pourquoi, il faut être vigilant sur les dates d'emballage des foies crus sous-vide. Au-delà de 72 heures, nous vous déconseillons de l'acheter pour en faire de la conserve ou du mi-cuit.

Pour nous "le top du top" est un foie gras extra label rouge Landes éviscéré à froid. Le foie a été extrait du canard, qu'après avoir reposé une nuit après l'abattage. Ce procédé traditionnel demande un grand professionnalisme dans le tri et la préparation du foie, mais offre des qualités gustatives sans équivalent.

Déveinage et assaisonnement du foie gras

(cf. fiche recette préparation foie cru)



Préparation de la terrine

- Se munir d'une terrine en porcelaine ou en grès, de taille adaptée au poids du foie.
- Chemiser l'intérieur de la terrine avec un papier film alimentaire, que vous avez découpé d'une taille suffisamment grande pour qu'il dépasse largement de tous les côtés.



Monter la terrine

- Pour cela, il faut désolidariser le grand et le petit lobe.
- Déposez au fond de la terrine le grand lobe et bien appuyer pour qu'il n'y ait pas de vide aux 4 coins de la terrine.
- Recouvrir le grand lobe avec le petit lobe.
- Bien tasser avec vos doigts.
- Si votre terrine est trop étroite vous pouvez couper le lobe.
- Ceci n'altèrera pas la présentation et la saveur du produit sous condition que vous conserviez de grands morceaux.

Recouvrir le foie
avec le film

La cuisson au bain marie au four

- Régler votre four à 180 °c,
- Déposer la terrine dans une plaque ou un plat rempli d'eau, de façon à ce qu'il ait de l'eau jusqu'à mi-hauteur de la terrine,
- Enfourner la terrine, qu'une fois le four chaud
- Laisser cuire 45 mn pour une terrine de 500g.



Démoulage

A la sortie du four, quand le foie est encore chaud, pour obtenir une présentation parfaite du foie il convient d'ôter l'excès de graisse.



Pour cela :

- Vous pouvez avec un bout de carton recouvert de papier aluminium vous créer un gabarit de la taille de votre terrine,
- Il va vous servir à appuyer sur le foie pour en extraire la graisse, qui s'est créée entre les morceaux de foie.
- N'hésitez pas à y poser un poids de 500 g maximum dessus. Et à le laisser dessus jusqu'à refroidissement complet au réfrigérateur
- Vous obtenez ainsi des tranches parfaites sans graisse.

refroidissement et conservation au réfrigérateur

- Attention à ne pas laisser refroidir votre terrine à l'air ambiant.
- Il convient de la déposer dans votre réfrigérateur.
- Un foie mi-cuit, contrairement au foie gras conserve qui est stérilisé, a juste été cuit à basse température (pasteurisation).
- La DLC du produit est de l'ordre de 8 jours. Il convient de le conserver au réfrigérateur à 4°C.