

Foie gras poêlé mangue et gingembre

Je me rappelle de la première fois que j'ai mangé du foie gras poêlé. C'était le premier Noël que je passais loin, très loin de ma famille. Avec une amie également expatriée, nous avons décidé de nous consoler en organisant un énorme repas digne de Gargantua avec au menu : des huîtres, un tourteau, des gambas, du foie gras poêlé, un chapon rôti et une bûche.

Le seul hic, c'est que nous n'étions que... toutes les deux ! On se serait cru dans le film "La Grande Bouffe", l'issue dramatique en moins heureusement. Ayant passé cet incroyable Noël dans le Sud-Ouest, nos escalopes de foie gras étaient parfaites, tout comme le fut notre sieste digestive qui s'en suivit, jusqu'au lendemain midi. C'était il y a 15 ans mais je m'en souviens comme si c'était hier :-)

Et vous, quels sont vos meilleurs souvenirs liés au repas de Noël ?

[Imprimer](#)

Foie gras poêlé mangue et gingembre

Auteur: Piment-Oiseau

Temps de préparation: 15 minutes

Temps de cuisson: 2 minutes

Temps total: 17 minutes

Y a pas que les frites dans la vie

Pimenté par TOUPARGEL

<http://yapasquelesfritesdanslavie.fr>

Pour 4 personnes

Ingredients

- - 4 [escalopes de foie gras de canard cru à poêler](#)
- - 12 tranches de [mangue surgelée](#)
- - 1 pincée de gingembre en poudre
- - 2 cuillères à soupe de sucre glace
- - 1 noisette de [beurre](#)
- - 1 pincée de fleur de sel

Instructions

1. Faire décongeler lentement les tranches de mangue au réfrigérateur.
2. Mélanger dans un bol le sucre glace et le gingembre, puis saupoudrer les tranches de mangue avec ce mélange.
3. Faire dorer les tranches de mangue à la poêle avec la noisette de beurre, puis les réserver au chaud.
4. Dans une autre poêle froide et sans matière grasse, déposer les escalopes de foie gras et mettre sur feu moyen.
5. Une fois que la poêle est chaude, faire cuire environ 1 min sur chaque face.
6. Dresser les mangues sur des assiettes et déposer les escalopes de foie gras au-dessus.
7. Parsemer de fleur de sel et servir.

Astuce: passer les assiettes au four avant d'y dresser le plat, pour qu'elles restent chaudes pendant la dégustation.
