

Dés de foie gras poêlés , chutney de mangue

Préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

- 4 à 6 tranches de foie gras cru suivant leur taille
- 1 mangue mûre mais sans trop qu'elle tienne à la cuisson
- 1 c à s bombée d'oignon rouge ciselé
- 5 cl de vin blanc sec
- 5 cl de vinaigre de Xérès
- 1 étoile de badiane
- 1 c à c d'anis vert
- 1 c à s de sucre en poudre
- 1 pain d'épices

Faire chauffer le vin blanc et le vinaigre avec les épices et le sucre dans une casserole. Éplucher la mangue, retirer la chair de chaque côté du noyau et faire 4 belles tranches. Couper les tranches de mangue en dés et les ajouter dans le vin bouillant avec les oignons rouges, cuire environ 10 mn en remuant jusqu'à évaporation du liquide. Pour le service faire dorer les dés de foie gras dans une poêle antiadhésive bien chaude. Toaster les tranches de pain d'épices et poser les dés de foie gras dessus. Accompagner du chutney de mangue.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>