Yakitori à ma façon (Brochettes de poulet japonaises au barbecue)

Ce weekend on profite du soleil et du barbecue avec cette succulente recette venue tout droit du pays du soleil levant!

Au Japon les « yakitori » sont traditionnellement des brochettes à base de volaille comme le canard ou le poulet. Cependant ce dernier a la part belle car il en existe énormément de variétés en fonction du morceau de poulet utilisé, comme les blancs, les cuisses, la peau, le cœur, le croupion, les intestins, le foie, les ailes, les gésiers…Chacune porte un nom différent. Elles sont tellement populaires que beaucoup de régions ou villes japonaises en ont fait des variantes locales.

Celles que je vous propose aujourd'hui sont réalisées à base de boulettes de blancs de poulet et se nomme « tsukune » en japonais. Ces petites brochettes sont absolument délicieuses. Vous pouvez les proposer en apéritif, en entrée ou en plat principal. En été passez-les au barbecue pour les réchauffer et les parfumer: elles n'en seront que meilleures!

Oishii desu! (« C'est délicieux » en japonais…)

Si vous aimez la cuisine au barbecue voici d'autres recettes:

- Moules au barbecue sauce crémeuse à l'ail et au thym
- Spare ribs basse température, rôties au barbecue, sauce à l'orange

Yakitori à ma façon (Brochettes de poulet japonaises au barbecue)

Ingrédients (pour 6 brochettes)

Pour les boulettes

- deux gros blancs de poulet
- un morceaux de gingembre râpé (2 cm sur 1 cm)
- un œuf
- 1/2 cuillerée à soupe de farine
- 1/2 cuillerée à café de sucre
- 1 cuillerée à café de soja salé

Pour le bouillon

- un litre et demi d’eau
- un sachet de bouillon dashi. C’est une sorte de bouillon de poisson japonais réalisé à base d’algues kombu et de bonite séchée. Vous pouvez en commander sur le site

d’ingrédients japonais Kioko en cliquant ici.
- trois cuillerées à soupe de saké (alcool de riz japonais)

Pour la sauce

- 1 dl de saké (alcool de riz japonais)
- 1/2 dl de soja salé
- 1/2 dl de mirin (le mirin est une sorte de saké très doux ,un peu sirupeux et sucré utilisé essentiellement comme assaisonnement). Vous en trouverez dans les épiceries asiatiques ou vous pouvez en commander sur le même site que le dashi.
- 70 g de sucre
- une demi marmite de bouillon Knorr (poule)
- 1/2 cuillerée à soupe de vinaigre de riz

Matériel

- un mixeur
- des brochettes en bambou

Préparation

Commencez par préparer la sauce.

- Versez tous les ingrédients de la sauce dans un casserole **(sauf le vinaigre de riz)** et faites réduire la sauce à petit feu jusqu’à ce qu’elle soit légèrement sirupeuse. Retirez alors la sauce du feu et ajoutez alors le vinaigre de riz. Réservez. Cette sauce peu se conserver 3 semaines au frigo.

Faites réduire la sauce à petit feu jusqu’à ce qu’elle soit légèrement sirupeuse

- Mettez dans le bol du mixeur tous les ingrédients des boulettes. Mixez finement le tout.

Mettez dans le bol du mixeur tous les ingrédients des boulettes

Mixez finement le tout

- Modelez des petites boulettes à partir du haché de poulet (environ 1,5 à 2 cm de diamètre). Pour faciliter leur réalisation passez-vous les mains dans la farine (le mélange est un peu collant). Façonnez les boulettes dans le creux de vos mains. Puis déposez-les au fur et à mesure dans un plat contenant de la farine pour qu'elles ne collent pas dans le fond du plat.

Modelez des petites boulettes à partir du haché de poulet

Préparez le bouillon de cuisson.

- Délayez le sachet de dashi dans un litre et demi d'eau. Ajoutez le saké et portez à ébullition.

Délayez le sachet de dashi dans un litre et demi d'eau. Ajoutez le saké et portez à ébullition

- Plongez les boulettes dans le bouillon. Laissez-les cuire quelques minutes et égouttez-les.

Laissez cuire les boulettes de poulet quelques minutes et égouttez-les

- Laissez-les légèrement refroidir et enfilez les boulettes sur des piques en bambou.

Enfilez les boulettes de poulet sur des piques en bambou

- Laquez généreusement les boulettes de sauce à l'aide d'un pinceau. Ces boulettes peuvent être préparées à l'avance et réchauffées au dernier moment.

Laquez généreusement les boulettes de sauce à l’aide d’un pinceau

Laquez généreusement les boulettes de sauce à l’aide d’un pinceau

- Mettez les brochettes à dorer sur le barbecue (ou un petit grill) pendant quelque minutes. Rajoutez un peu de sauce pendant la cuisson pour les caraméliser.

Mettez les brochettes à

dorer sur un petit grill ou sur le barbecue pendant quelque minutes

Je sers ces petites brochettes avec des shitakés (champignons japonais) juste poêlés avec une échalote hachée finement et un peu de soja sucré, le tout agrémenté de quelques feuilles de coriandre. C’est toujours un franc succès.

Yakitori à ma façon (Brochettes de poulet japonaises au barbecue)

Yakitori à ma façon (Brochettes de poulet japonaises au barbecue)

Spare ribs basse température et roties au barbecue, sauce à l’orange

C’est l’été! Donc profitons au maximum de notre jardin et surtout de notre barbecue. Ces Spare ribs, préalablement préparés basse température avant de finir en cuisson au barbecue sont d’une tendresse exceptionnelle. Accompagnés de leur sauce à l’orange et d’un taboulé rafraîchissant ils feront le délice de toute la tablée!

Beaucoup d’entre vous aviez émis le souhait d’être informés de la parution de mes meilleurs recettes basse température. Retrouvez-les ainsi que des recettes inédites dans les livres de ma collection « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 1 » , « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 2 », « Ma Cuisine Basse Température, Best Of – Tome 3 » et enfin « Ma cuisine basse température-Tome 4 ». Les livres sont disponibles dès maintenant en version brochée ou en version Kindle.

Voici les liens où vous pourrez les acquérir:

- Pour le Tome 1, cliquez ici
- Pour le Tome 2, cliquez ici
- Pour le Tome 3, cliquez ici

Vous y retrouverez mes recettes phares en pas à pas imagées comme dans le blog.

Pour plus de renseignements sur la cuisine sous vide basse température cliquez ici.

Spare Ribs basse température

Ingrédients pour les Spare Ribs (8 personnes)

Pour les travers et la marinade (la recette de la marinade est tiré de l’excellent livre de Bernard Laurence » Le grain de sel de Bernard »).

- 3 kg de travers de porc
- 300 g de miel ou de sirop d’érable
- 100 g de cassonade
- 50 g de ketchup
- 120 g de whisky
- une cuillerée à soupe de paprika fort
- une cuillerée à café de sauce Worcestershire
- 25 g de vinaigre de riz

Spare Ribs

Ingrédients

Pour la sauce à l’orange:

- oranges (en tout il vous faudra 120 g de jus et le zeste des oranges que vous aurez pressées)
- 125 g de sucre de palme
- 10 g de sauce soja salée
- 10 g de sauce soja sucrée

- poivre du timut (vous pouvez vous en procurer sur le site suivant: **thiercelin1809**)

Ingrédients de la Sauce à l’orange

Matériel

- une machine à mise sous vide. Vous pouvez en trouver en cliquant sur la photo ci dessous.

FoodSaver Machine Sous Vide, avec compartiment de rangement pour rouleau et cutter et 3 vitesses d'aspiration, inclut sacs de mise sous vide assortis, Argent avec des touches noires [V2860-I]

- Ou pour ceux d’entre vous qui sont intéressés par l’achat d’une sous videuse à cloche de bien meilleure qualité (et qui vous permettra aussi de mettre des liquides sous vide) je vous conseille l’achat de la Home de Multivac. Vous la trouverez en cliquant ici et profitez d’une réduction de **50 euros** sur votre achat en utilisant le code promo **“Gourmantissimes50”**

Home de Multivac

- un thermoplongeur. Je vous conseille celui de la marque Anova mais vous pouvez trouver un grand choix en cliquant sur la photo ci-dessous:

Aicok Cuiseur Sous Vide 1500W Calculateur d'Immersion de Cuisinière Avec Minuterie Numérique et Thermostat Réglable pour Circulation de Température et Cuisson Précise, Sans BPA, Inox, Noir

Préparation:

Le porc va donc cuire pendant 18 h basse température. Puis il sera plongé quelques heures dans la marinade et vous terminerez la cuisson en le grillant au barbecue. Donc commencez la cuisson basse température la veille du repas!

Commencez par préparer la marinade:

- Mettez tous les ingrédients dans un mixeur et mixez les.

Mixez tous les ingrédients de la marinade

- Puis coupez vos travers de porc en quatre portions chacun. A l’aide d’un pinceau badigeonnez les de la marinade. Attention n’en mettez pas de trop car sinon cela posera un problème: lors de la mise sous vide la marinade superflue risque d’être aspirée par la machine à mettre sous vide et de l’encrasser.

Puis coupez vos travers de porc en quatre portions chacun

- Mettez les travers sous vide à l’aide de votre scelleuse.

Mettez les travers sous vide
à l’aide de votre scelleuse.

- Cuire les Spare Ribs 18 heures à 68°.

Cuire sous vide
basse température

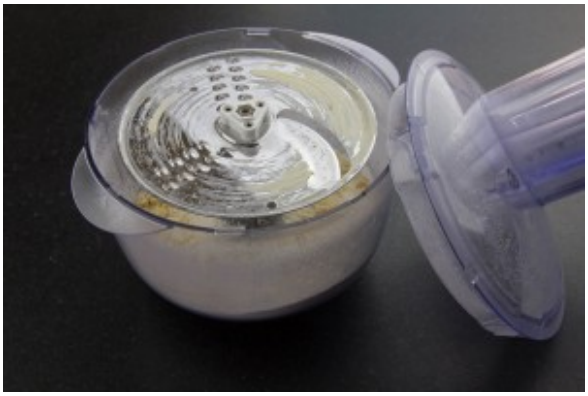
- Lorsque les Spare Ribs sont cuits, déposez les dans un grand plat et enrobez les de la marinade restante. Filmez le plat et mettre au frais 4 heures.

Versez la marinade sur les Spare Ribs cuits

Filmez et mettre au frais

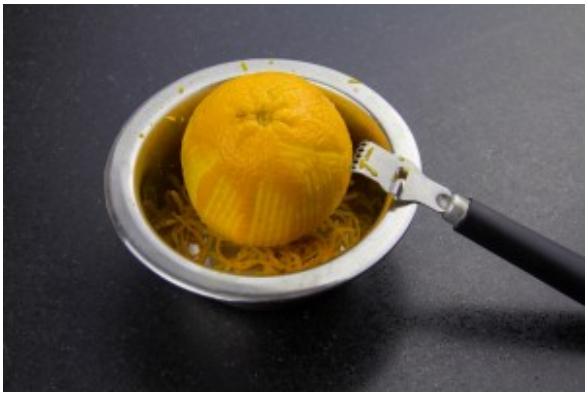
Passons à la préparation de la sauce à l’orange: vous pouvez la préparer la veille.

- Râpez le sucre de palme à l’aide d’un robot mixeur: il est assez dur donc le râper à la main est assez fatiguant.



Râpez le sucre à l’aide d’un robot mixeur

- Zestez les oranges.



Zestez les oranges

- Puis pressez les pour obtenir 120 g de jus.

Puis pressez les pour obtenir 100 g de jus.

- Mettez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole (sauf le poivre que vous ajouterez en fin de cuisson). Portez la à ébullition pendant 3 à 5 minutes. Surveillez bien la cuisson pour qu'elle ne cuise pas de trop et se mette à caraméliser: cela amènerait un petit gout amer pas très agréable.

Mettez tous les ingrédients de la sauce dans une casserole

- Puis réservez la sauce au frais. Vous pouvez selon votre goût filtrer la sauce si vous le désirez ou garder les petits morceaux de zeste. N'oubliez pas de la poivrer.

La sauce est terminée

- Vous n’avez plus qu’à préparer les braises de votre barbecue et cuire les Spare Ribs quelques minutes pour qu’ils prennent une jolie coloration et ce petit gout fumé typique de la cuisson au barbecue!

Servez les avec la sauce et un petit taboulé…

Emission C’est au programme: Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraîcheur de mangue

Comme promis je vous livre ici la recette du dessert que j’avais cuisiné sur France 2 en complément du Chirachisuchi. C’est un dessert très frais, qui malgré le chocolat blanc, n’est pas très sucré car pour compenser je ne sucre que très peu la base crème anglaise de la crème.

Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraîcheur de mangue

Ingrédients (environ 8 coupelles):

- 300 grammes de crème liquide entière
- 100 grammes de lait
- 45 grammes de chocolat blanc en petits morceaux ou en pistoles
- 50 grammes de sucre en poudre
- 80 grammes de jaunes d’œufs (4 à 5 œufs suivant leur grosseur)
- un bouquet de menthe
- une belle mangue
- un citron vert

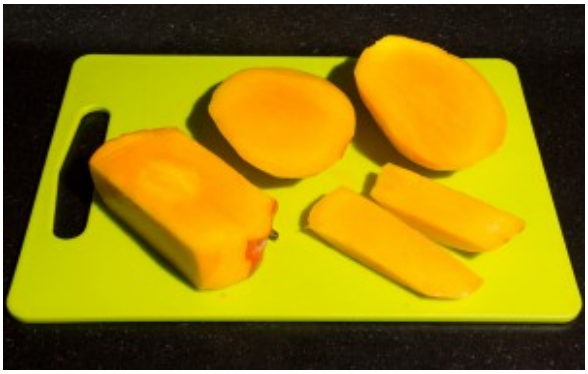
Ingrédients

Préparation:

- Préparez les mangues: commencez par les peler.

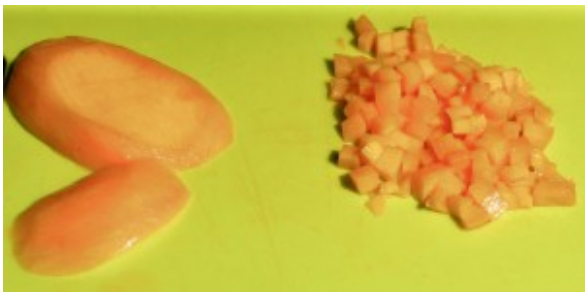
Pelez la mangue

- Coupez la mangue de manière à dégager le gros noyau central. Puis coupez chaque morceau en tranches fines.



Coupez la mangue en tranches fines

- Détaillez chaque tranche en petits cubes.



Puis coupez chaque tranches en petits cubes

- Versez les dés de mangue dans un plat puis zestez le citron vert sur les cubes de mangue.

Zestez le citron vert

- Puis pressez le citron vert pour en extraire le jus. Versez sur les dés de mangue et mélangez. Réservez au frais.

Versez le jus sur les dés de mangue

- Rincez la menthe sous l’eau puis ciselez les feuilles à l’aide d’un couteau.

Ciselez la menthe

- Chauffez le lait et la crème dans une casserole à feu doux.

Cuire à feu doux.

- Quand le liquide est chaud ajoutez la menthe ciselée. Laissez encore deux minutes sur le feu puis ôtez la casserole du feu. Ajoutez le chocolat blanc; remuez jusqu'à ce qu'il soit fondu. Laissez infuser environ 15 minutes.

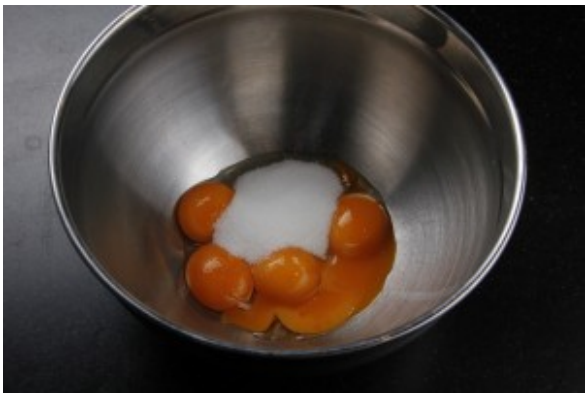
Infusez la menthe et ajoutez
le chocolat blanc

- Puis filtrez le mélange pour ôter les feuilles de menthe.

Filtrez la préparation

Préparons maintenant la crème onctueuse à partir d’une base de crème anglaise classique.

- Versez les jaunes d’œufs dans un cul de poule ainsi que le sucre en poudre.



Jaunes d’œufs et sucre

- A l’aide d’un fouet battre les jaunes et le sucre en poudre.

Battre les œufs et le sucre

- Puis versez le lait tiède parfumé à la menthe et chocolat blanc sur les jaunes d'œufs. Mélangez bien.

Versez le lait sur le mélange œuf sucre

- Reversez le tout dans une casserole et cuire à feu doux (idéalement à 82 °) tout en mélangeant continuellement jusqu'à ce que la crème nappe la cuillère. En passant le doigt sur la cuillère celui ci doit laisser une trace nette qui ne se referme pas même si vous inclinez la cuillère.

- Versez alors la préparation dans vos coupelles puis mettez les rapidement au frais au moins 4 heures.

Versez dans les coupelles

Dressage:

- Avant de servir sortez les coupelles du frigo puis déposez dans chacune une belle cuillerée de salade de mangue.
- Décorez avec un petit sablé, un cigarette russe ou une

crêpe dentelle. Ici j’ai fait des tuiles à la noix de coco faites en 2 minutes chrono…dont vous trouverez la recette en cliquant **ici**.

Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraîcheur de mangue

---

Emission « C’est au programme »: la semaine des

meilleures bloggeuses de l’année »

Me revoilà pour une nouvelle recette en direct dans l’émission de Sophie Davant » C’est au programme » ce vendredi 4 juillet…Je clôture la semaine spéciale des meilleures blogueuses de l’année où pour votre plus grand plaisir l’émission reçoit les blogueurs et blogueuses que vous avez préférés!

Découvrez la recette : **Saint Jacques poêlées, réduction de vin jaune et mousse de céleri aérienne**. Tout le pas à pas en photos et les astuces pour réussir cette recette en cliquant **ici**.

Saint Jacques poélées , mousse aérienne au céleri

Voici la vidéo de l’émission:

Emission « C’est au programme ». Découvrez une nouvelle recette: une salade japonaise traditionnelle, le Chirashi

Je reviens dans l’émission « C’est au programme », animée par Sophie Davant, ce mardi 10 juin sur France2 avec une nouvelle recette de mon blog.

On connait souvent de la cuisine japonaise les sushis, sashimis ou les yakitori (petites brochettes) mais on connait peu la cuisine traditionnelle familiale. Je vous propose donc le Chirashisushi appelé plus simplement Chirashi, qui est en quelque sorte un sushi que l’on ne met pas en forme et auquel on ajoute du poisson cru ou cuit et des crudités. C’est un plat complet, sain car sans graisse et surtout familial: chaque région, chaque famille a sa propre recette de chirashi. C’est un des plats préférés des japonais.

On peut le comparer à une salade fraîche, goûteuse, est très

rafraîchissant en été. Il est servi froid et ne comporte aucune difficulté technique sur le plan de la réalisation. De plus vous pourrez l'agrémenter selon vos goûts…Variez les plaisirs avec différents poisson ou crustacés, et pourquoi pas des poissons fumés à la place du poisson cru (saumon, truite, anguille) . Pour la garniture n'hésitez pas à innover: asperge, concombre, dés de pamplemousse, graines de sésame, choux blanc mariné, pousses de soja, radis, omelette très fine coupées en lanière, algues, tofu, chou pack choi, daikon (radis japonais), shitaké (variété de champignons asiatiques)… Bref faites vous plaisir et réalisez vous aussi votre propre chirashi!

Découvrez la recette illustrée en photos pas à pas du Chirashisushi en cliquant ici: **Chirashi: une autre manière de manger des suchis**

Chirashisuchi

Voici la vidéo de l'émission:

Et en plus voici la recette du dessert surprise présenté également sur le plateau de l'émission: cliquez sur le lien suivant

Emission C'est au programme: Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraîcheur de mangue

Crème onctueuse menthe chocolat blanc et sa fraicheur de mangue

Sophie Davant

Emission « C’est au

programme »: tarte ananas mangue chantilly amande

Lors de l’émission « C’est au programme » vous avez pu voir qu’en plus de la recette salée (Foie gras poêlé, salade de betterave et pomme, réduction de jus de betterave au vinaigre de framboise), j’avais préparé un dessert.

C’est une petite tartelette que j’aime beaucoup car elle est rapide à faire: donc très pratique quand on a des invités surprises! De plus elle remporte beaucoup de succès: bien qu’avec une base classique de sablés et de confiture, son originalité est en grande partie due à la chantilly parfumée à l’amande. Il ne me restait plus aucun sablés, ni confiture ni chantilly en sortant du plateau de France 2, bien que j’en avais préparé bien plus que mes trois assiettes!

N’hésitez pas à préparer des sablés en avance: ils se conservent parfaitement bien leur croquant plusieurs jours dans une boite hermétique. Par gourmandise j’en ai toujours en réserve! Quant à la confiture on en a toujours dans son placard mais elle est bien meilleure lorsqu’on la prépare soit même…Celle utilisée dans la recette apporte un juste équilibre entre la douceur de la chantilly et l’acidité des fruits exotiques.

Tartelettes ananas mange, chantilly amande

Ingrédients

1/Pour la chantilly

- 1 dl de sirop à l’amaretto (la marque Monin est une très bonne marque de sirop,; si vous avez l’opportunité de la trouver n’hésitez pas!)
- 4 dl de crème fraîche liquide

Ingrédients pour la chantilly

2/Pour les sablés

- 180 g de sucre semoule
- 160 g de beurre salé pommade (sortir le beurre du frigo une heure à l’avance puis le travailler à la fourchette pour obtenir une « pommade »)
- 240 g de farine tamisée
- 4 jaunes d’œuf: vous n’aurez besoin que des jaunes
- 1 sachet de levure chimique
- 2 gousses de vanille

3/Pour la confiture

- un ananas
- une mangue
- un citron vert
- une quinzaine de fraises
- une gousse de vanille
- sucre: il vous faudra 400 gr de sucre par kilo de fruits épluchés
- une cuillerée à soupe de **pectine**.

Préparation:

1/Pour la chantilly

- Mélangez le sirop et la crème fraîche.
- Versez le mélange dans un siphon d’un demi litre (ou un litre).
- Vissez le bouchon. Puis vissez la douille de votre choix sur le bouchon.

- Insérez la capsule de gaz dans le porte cartouche et vissez le tout au bouchon. Si vous utilisez un siphon d’un demi litre une capsule de gaz suffit. Pour un siphon d’un litre mettre deux capsules de gaz.
- Vous désirez plus d’informations sur le siphon: cliquez ici et pour le remplissage regardez la vidéo ci dessous:

2/Pour les sablés (ou palets bretons)

Je vous conseille de faire de petits sablés format « bouchée ». Si vous les faites trop gros il sera difficile de les couper avec des couverts, la pâte sablé des palets bretons étant à la fois plus dure et plus friable qu’une pâte sablée ou brisée traditionnelle.

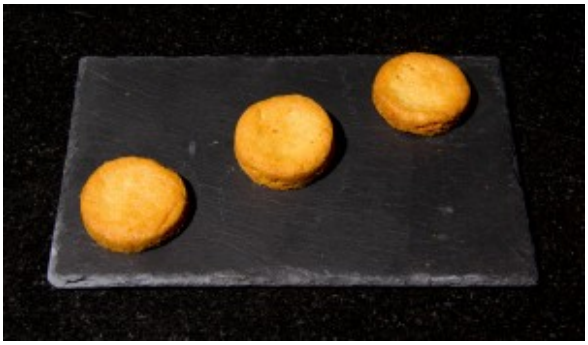
Retrouvez la recette sur le blog en cliquant ici

3/Pour la confiture

Retrouvez la recette sur le blog en cliquant ici

Dressage:

- Disposez trois sablés sur l’assiette (plus si vous êtes gourmands!).



Disposez trois sablés sur l’assiette

- Recouvrez chaque sablé de confiture.

Un peu de confiture sur chaque sablé…

- Terminez avec la chantilly.

Terminez avec la chantilly.

Et voilà:c’est tout simple et tellement bon!

Emission « C’est au programme »: Foie gras poêlé,

salade de betterave et pomme, réduction de jus de betterave au vinaigre de framboise

C’est une chose que de cuisiner confortablement dans sa cuisine et cela en est une autre que de cuisiner en direct à la télé avec toutes les contraintes inhérentes à un plateau de télévision! En tous cas c’est une expérience inoubliable.

Donc semaine spéciale blogueuses culinaires dans l’émission » C’est au programme », où grâce à mon amie Valérie qui m’a gentiment inscrite au casting, j’ai pu cuisiner en direct une de mes recettes.

Je dois dire que l’équipe de l’émission de France 2 est absolument adorable et que ce fut un réel plaisir de cuisiner pour toute l’équipe. Sophie Davant est telle que vous la voyez à l’écran: une femme chaleureuse, souriante, dynamique et extrêmement sympathique.

Le recette que j’ai réalisé est dérivée d’une recette du blog : Mon foie gras vanille basse température, salade betteraves et pommes, réduction de jus de betterave au vinaigre de framboise

Pour des raisons de facilité sur le plateau, j’ai remplacé la terrine de foie gras à la vanille par du foie gras poêlé. J’ai également rajouté à la recette initiale des perles de saveur à la framboise qui se marient particulièrement bien avec la betterave et le foie gras. Vous pouvez en trouver dans les épiceries fines mais également sur internet sur le site suivant: www.meilleurduchef.com/cgi/mdc/rech/fr?kw=perles+de+saveur

Voici donc la recette que j’ai cuisiné à l’écran.

Vous aimez le foie gras? Retrouvez toutes les recettes à base de foie gras en cliquant **ici.**

Ingrédients pour 4 personnes:

- Un foie gras d'environ 600 g coupé en tranches de 1,5 cm
- Quelques framboises pour le dressage (facultatif)

Ingrédients pour la salade (4 personnes):

- une pomme granny smith
- une grosse betterave ou deux petites: les betteraves doivent être cuites.
- jus de citron jaune (il va juste servir à ce que la pomme ne noircisse pas au contact de l'air)
- le zeste d'un citron vert râpé
- sel
- poivre
- tranches de pain de mie
- des perles de saveurs à la framboise

Ingrédients

Ingrédients pour la réduction:

- 1/2 litre de jus de betterave (environ 1 kilo de betteraves cuites qui passées à la centrifugeuse donneront le jus de betterave)
- 4 ou 5 c à s de vinaigre de framboise. Attention: choisissez un vinaigre de qualité: il ne doit pas être transparent comme le vinaigre de vin habituel mais il doit ressembler à un coulis liquide contenant de la pulpe de fruit.

Ingrédients pour la réduction

Matériel spécial:

- des gants jetables pour la découpe de la betterave
- un petit emporte pièce rond pour la découpe du pain
- une centrifugeuse (pour extrait le jus des betteraves)

à défaut de la centrifugeuse, un bon mixeur et une passoire fine (idéalement un **chinois** ou un **chinois étamine**)

Préparation de la salade:

- Coupez la pomme en tranches fines (1 mm d'épaisseur). Puis coupez chaque tranche en fins bâtonnets de même épaisseur. Coupez enfin les bâtonnets en petits cubes qui feront 1 mm sur 1 mm Déposez-les dans un bol avec un peu de jus de citron de façon à les enrober pour

stopper l’oxydation des pommes. Si vous ne le faites pas les petits cubes de pommes noirciront.

Coupez la pomme en petits dés

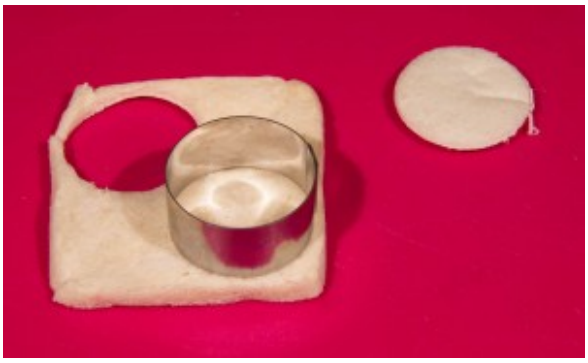
- Procédez de même avec les deux betteraves : l’étape citron n’est pas nécessaire pour ces dernières.

Coupez les betteraves de la même façon

- Mélangez alors les deux préparations (pommes et betteraves) avec le zeste d’un citron vert et une cuillerée à soupe de vinaigre de framboise.

Mélangez les deux préparation et rajoutez le zeste d’un citron vert.

- Salez.
- Poivrez.
- Réservez au frais.
- A l’aide d’un petit emporte-pièce découpez des ronds dans les tranches de pain de mie.



Coupez le pain à l’aide d’un cercle

- Toastez les tranches de pain de mie au grille-pain ou au four (200 ° pendant 10 mn) ou dans une poêle sans matière grasse.

Toastez les ronds de pain à la poêle

Préparation de la réduction:

- Si vous possédez une centrifugeuse utilisez-la pour extraire le jus des betteraves: il faut environ 1/2 litre de jus (soit 5 dl).
- Si vous n’avez pas de centrifugeuse, mixez les betteraves très finement et passez les au chinois (passoire très fine) pour obtenir le jus; cette opération est plus facile si vos betteraves sont chaudes.
- Versez le jus obtenu dans une casserole et faire chauffer : il faut que le liquide réduise. Ajoutez le vinaigre progressivement en goûtant au fur et à mesure de la cuisson: le goût du vinaigre de framboise ne doit pas effacer le goût de la betterave!

Faire réduire le jus de

betterave et le vinaigre de framboise

- Arrêtez la cuisson lors qu'il reste environ 1 dl dans la casserole. Le liquide restant doit être sirupeux.

Le liquide restant doit être devenu un sirop

- Pour faire une jolie décoration versez cette réduction dans une pipette ce sera plus facile pour le dressage. Vous trouverez facilement les pipettes chez votre pharmacien !

Versez la réduction dans une pipette

Dressage:

- Salez et poivrez les tranches de foie gras.

Salez et poivrez les tranches de foie gras

- Poêlez le foie gras dans un poêle bien chaude 2 mn de chaque côté.

Poêlez les tranches de foie gras 2 mn de chaque côté

Pendant ce temps procédez au dressage de l’assiette:

- Avec une cuillère faire un trait de jus de réduction le long de l’assiette.

Faire un trait de réduction sur l’assiette

- Dans une assiette déposez au milieu une belle cuillère de salade (aidez-vous avec un emporte-pièce pour un joli dressage) et autour quelques perles de framboise. Déposez également quelques gouttes de réduction sur la salade.

Aidez vous d’un cercle pour dressez la salade de betterave

Puis ajoutez des perles de

framboises

- Ôtez les tranches de foie de la poêle avec une spatule et égouttez les sur du papier absorbant. Cette étape est importante : cela vous évitera d'avoir de coulures grasses dans l'assiette de présentation.
- Sur une extrémité de l'assiette déposez 2 tranches de foie gras chaud et saupoudrez de fleur de sel. Puis terminez en dressant quelques petits toasts de pain.
- Décorez, si c'est la saison, avec quelques framboises fraîches.

Déposez deux tranches de foie gras

Astuces:

- Lorsque vous travaillez la betterave portez tablier et gants: elle contient un colorant naturel qui tache énormément !