

## Foie gras facile à la vapeur.



**Température : 100°C**  
**Taux d'humidité : 100%**  
**Cuisson : 15 min**

### **Ingrédients :**

1 foie gras de canard de 400/500 g déjà déveiné  
Sel  
Poivre  
Cognac, armagnac, porto, banyuls ou muscat  
selon vos envies  
Film étirable  
Papier aluminium

### Préparez l'assaisonnement du foie gras en mélangeant :

- 2 cuillères à café rases de sel fin, 1 cuillère à café de poivre, 1 cuillère à soupe d'alcool de votre choix.
- Répartissez ce mélange régulièrement sur toute la surface des lobes disposés à plat. Laissez mariner 8 à 12 h au réfrigérateur.
- Préchauffez le four à 100°C, 100% d'humidité.
- Enveloppez le foie entre 2 feuilles de film étirable en serrant pour leur donner une forme cylindrique régulière, d'environ 6 cm de diamètre.
- Entourez le cylindre ainsi formé de 2 couches de papier aluminium en les resserrant à chaque extrémité.
- Faites cuire 15 min dans le four combiné-vapeur dans le plat Gastro Norm perforé en le tournant 1 fois à mi-cuisson.
- Après la cuisson, laissez refroidir 1 h à température ambiante puis placez au réfrigérateur 24 h minimum.
- Le foie gras se conserve ainsi 4 jours.
- Servez frais.