

Terrine de foie gras maison (Eric Léautey)

Pour un foie cru de 600 g :

Pour le "trempage" :

- 4 litres d'eau
- 1 càs de gros sel
- une dizaine de glaçons

Pour la marinade :

- 1 càs de Porto
- 1 bonne càc de vinaigre de xérès
- 1 càc de sucre en poudre
- 1 càc de sel fin
- 1/2 càc de poivre blanc ou gris (*gris pour moi*)

Ustensiles :

- 1 grand couteau
- 1 économe
- 1 très gros saladier
- 1 saladier
- 1 plat allant au four
- papier étirable allant au four
- 1 écumoire

Avant de déveiner le foie, le laisser à température ambiante pour qu'il soit bien malléable et que les veines ne cassent pas lorsque vous les ôtez. Il doit presque être tiède.

Le couper en long à l'aide d'un grand couteau (comme vous couperiez une baguette pour en faire un sandwich, selon la très bonne image de Caroline). Il faut l'ouvrir comme un livre. Ensuite retirer tous les déchets, veines, taches de sang, peau trop épaisse à certains endroits, à l'aide de l'économe (ou d'un petit couteau pointu).

Plonger les morceaux de foie dans le grand saladier rempli d'eau glacée salée pour enlever toute trace de sang. Laisser les morceaux ainsi dans l'eau pendant une heure.

Au bout de ce temps, retirer les morceaux de foie à l'aide de l'écumoire et les déposer sur du papier absorbant. Les éponger rapidement en les tapotant et retournant avec le papier absorbant.

Mettre ensuite les morceaux de foie à mariner dans le mélange Porto-vinaigre-sucre-sel-poivre pendant quelques heures (1h30 pour moi car c'est cela qui m'arrangeait). Il faut tout d'abord mélanger tous les ingrédients de la marinade dans un saladier, et y déposer les morceaux de foie. J'ai ensuite recouvert mon saladier de film étirable et j'ai secoué plusieurs fois mon saladier pour que tous les morceaux de foie trempent dans la marinade.

Au bout de ce temps, égoutter à l'aide de l'écumoire les morceaux de foie, les déposer en UNE SEULE COUCHE UNIFORME dans un plat allant au four. Recouvrir le plat de film étirable ALLANT AU FOUR et mettre à cuire 20 min à 90°C. J'ai fait préchauffer le four environ 5 min.

EDIT : Attention, il semblerait que "le film en plastique/étirable, placé au contact d'un aliment gras, provoque des migrations de particules toxiques dans l'aliment, et encore plus s'il est chauffé", dicit Caroline. Je procède donc dorénavant comme elle pour la cuisson, je mets les morceaux de foie dans le plat et je mets directement au four, sans les recouvrir de quelque film que ce soit. Et je conserve le même temps de cuisson : 20 min à 90°C.

Pendant la cuisson, huiler les bords d'une petite terrine (à l'huile neutre, type tournesol), la recouvrir de film étirable.

A la fin de la cuisson, bien égoutter les morceaux de foie cuits et conserver le gras de la cuisson du foie qui va servir ensuite. Disposer les morceaux de foie cuits dans la terrine recouverte de film étirable. Une fois la terrine remplie, recouvrir les morceaux "rangés" dans la terrine d'un carré de papier cuisson, poser dessus un poids (style brique de soupe, briquette de crème, etc...). Mettre au frigo quelques heures voire une nuit.

Le lendemain, refaire fondre le gras de cuisson du foie que vous aurez conservé. Récupérer le gras le plus clair et le verser sur la terrine (après avoir retiré le papier cuisson de la veille !). Poser dessus un nouveau carré de papier cuisson et refermer la terrine avec son couvercle.

Remettre au frais et consommer 2 ou mieux, 3 jours après, voire même 4.

Le jour J, démouler le foie en trempant la terrine dans un bain d'eau chaude pour faciliter le démoulage. Déguster avec de la confiture de figues, du confit d'oignons, des pains aux figues, à la farine de seige,... A vous de tester !

