

Médaille de veau aux pommes et au foie gras



Les ingrédients pour 4 personnes :

2 pommes golden

4 médaillons pris dans le filet mignon de veau (sans barde surtout)

4 tranches de foie gras cru de canard

20 cl de fond de veau

1 citron

1 c à c de sucre

1 c à c de vinaigre balsamique

Beurre

Sel et poivre

Persil pour la déco

Éplucher les pommes et couper 4 tranches de 2 cm dans la partie la plus large. Retirer les pépins et les arroser d'un peu de jus de citron. Dans une poêle faire fondre un peu de beurre et y faire cuire à feu doux les tranches de pommes saupoudrées de sucre jusqu'à légère coloration. Les retourner en cours de cuisson. Dans une casserole mettre le fond de veau et le faire réduire quelques mn à petite ébullition puis y incorporer 50 g de beurre froid en dés en fouettant et le vinaigre balsamique. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et réserver au chaud.

Faire chauffer dans une sauteuse du beurre avec 1 c à s d'huile et y cuire les médaillons de veau en les faisant légèrement dorer des 2 côtés à feu moyen, puis couvrir et terminer la cuisson qui doit rester légèrement rosée (adapter la cuisson en fonction de l'épaisseur des médaillons). Assaisonner.

Chauffer une poêle sans matière grasse et y saisir les tranches de foie gras cru 1 mn de chaque côté, saler et poivrer. Égoutter le foie gras sur du papier absorbant. Pour le service déposer une tranche de pomme par assiette, mettre dessus un médaillon de veau et le couvrir avec une tranche de foie gras, terminer par une peluche de persil. Entourer de sauce et servir immédiatement.

Conseils : vous pouvez faire la réduction du fond de veau à l'avance et terminer la sauce en réchauffant le fond réduit et en ajoutant le beurre et le vinaigre, pendant la cuisson des médaillons et du foie gras. De même vous pouvez précuire les pommes et les réchauffer au dernier moment.

Péché de gourmandise <http://pechedegourmand.canalblog.com>