

Nids d'œuf au foie gras, mouillettes de pain d'épices

Pour 2 cocottes

2 oeufs

10 cl de crème liquide

50 gr de bloc de foie gras de canard

poivre

sel

+

2 tranches de pain d'épices toastées, puis coupées en mouillettes

Préchauffez le four thermostat 180 °

Séparez le blanc du jaune d'œuf. Conservez avec précaution le jaune sans le crever.

Montez le blanc d'œuf en neige ferme avec une pincée de sel.

Dans chaque cocotte mettre les 3/4 du blanc d'œuf, faire un puits au milieu, y déposer délicatement le jaune. Recouvrir du reste de blanc monté en neige, salez, poivrez

Enfourner 7 minutes (pas plus, pour que le jaune reste bien coulant)

Pendant la cuisson, faites fondre dans une casserole, le foie gras et la crème liquide, à feu très doux

Emulsionnez avec un fouet à main pour bien faire lisser la sauce

Poivrez

Toastez le pain d'épices, puis taillez le en mouillettes.

Sortez les cocottes du four, ouvrez légèrement le blanc, faites couler de la sauce foie gras

Servez sans attendre

Evidemment vous pouvez faire "nids" sans sauce foie gras. Il suffit de la remplacer par un fromage persillé (Roquefort, St Agur, Fourme d'Ambert) fondu dans un peu de crème liquide.

Confectionnez également des mouillettes de pain de campagne toasté.

Ainsi vous allégerez le plat, mais il sera toujours aussi bon.