CUISSON DU FOIE GRAS SOUS VIDE AU VAROMA (thermomix)

Ingrédients :

- **1 foie gras de canard**
- **de 550 g**
- **4 c à s de cognac**
- **2 c à c de sel**
- **1 c à c de poivre**
- **5 baies moulu**
- **quelques glaçons**
- **du film alimentaire**
- **800 g d'eau**

Préparation:

- **séparer les lobes du foie. Dénerver le foie à l'aide d'un couteau pointu en suivant bien les nerfs jusqu'au bords. Déposer le foie dénervé dans un saladier, arroser la face supérieure de 2 c à s de cognac et saupoudrer d'1 c à c de sel et d'1/2 c à c de poivre 5 baies sur toute la surface.**
- **laisser mariner 30 minutes minimum, retourner le foie dans le saladier et faire la même opération sur l'autre face, laisser mariner à nouveau 30 minutes. Reconstituer le foie à la main**
- **déposer le foie gras au centre d'un sac de cuisson au four et rabattre les côtés du film afin de former un saucisson**
- **Placer le foie gras dans une poche à mise sous-vide**
- **Allumer l'appareil sous vide et sceller la poche avec le foie sous vide.**
- **mettre 800 g d'eau dans le bol du thermomix**
- **déposer le foie emballé dans le panier de cuisson le mettre sur le bol et régler 12 minutes varoma vitesse 2**
- **à l'arrêt de la minuterie tourner délicatement le foie de l'autre côté et régler 12 minutes varoma vitesse 2**
- **faire tomber délicatement le foie dans un saladier d'eau glacé (eau + glaçons) et le laisser 20 minutes avant de la garder eu réfrigérateur**
- **déguster 3 jours plus tard sur des toasts grillés**

Conseil:

- **A réaliser 3 jours avant dégustation**
- **Pour encore plus de facilité j'utilise du foie gras de canard cru éveiné et déjà assaisonné je n'ajoute que le cognac**

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations

THERMOMINOUX 2019
http://thermominoux.over-blog.com