



## French B

Durée du high : 30 min

Pour 4 Accros

Level :



8 Mini buns  
4 Escalope de foie gras congelé  
2 Échalottes  
Sel & Poivre

10 gr Beurre  
10 gr Sucre  
15 cl Vin rouge  
10 Feuilles de pousse d'épinard



- I Éplucher les échalotes, couper les en deux dans le sens de la longueur puis les émincer finement. Dans une casserole faire fondre le beurre puis ajouter les échalotes et les faire suer (sans coloration) en assaisonnant de sel afin de leur faire rendre leur eau. Une fois les échalotes translucides ajouter le sucre et laissez cuire 2 minutes à feu doux. Enfin ajouter le vin rouge et laissez cuire jusqu'à l'évaporation totale du vin. Rectifier l'assaisonnement.
- II Tailler en deux les escalopes de foie gras, (il faut automatiquement du foie gras congelé, car s'il est froid, il colorera plus facilement et ne rendra pas sa graisse), faites chauffer une poêle à feu vif, une fois la poêle chaude déposer les morceaux de foie gras et les faire colorer les deux côtés tout en assaisonnant de sel et de poivre. Une fois colorer les débarrasser.
- III Tailler les buns en deux et les passer dans la poêle où vous avez fait colorer le foie gras. Déposer la compoté d'échalottes sur la base du bun, ajouter le foie gras poêlé, une pousse d'épinards, une pincée de fleur de sel et un tour de moulin à poivre et déguster.

FINISH  
HIM

Vous pouvez préparer les burgers à l'avance et les passer au four juste avant de les servir.



Souvenir de nos 30 ans HT et TTC

En espérant que chaque bouchée vous retransporte dans cette super soirée. Et pour une version veggie, remplacez l'escalope de foie gras par une terrine végétale aux champignons.

Bon appétit! J&S.