

PETITE COCOTTE DE SAINT JACQUES AU FOIE GRAS

4 personnes



- 1 orange non traitée
- 4 pointes de gingembre, 1 de 5 épices,
- sel, poivre.
- 80g de parmesan (facultatif)
- 4 cuillères à café de crème légère
- 1/4 verre de vin blanc mœlleux
- 2 endives moyennes
- 250g de foie gras de canard micuit
- 4 belles noix de St Jacques ou 6 moyennes

Préparation

1. Nettoyer les endives et les couper en petits morceaux. Les jeter en douceur dans une poêle antiadhésive et les laisser fondre doucement jusqu'à ce qu'elles prennent une jolie couleur caramel, attention à ce qu'elles ne deviennent pas amères.
2. Zester l'orange, la peler à vif, lever les suprêmes et les réserver avec le jus. Couper les suprêmes en petits morceaux.
3. (facultatif) Préparer les tuiles de parmesan
Préchauffer le four T°6 - 180°C.
Faire 4 petits tas de parmesan sur une plaque, parsemer d'un peu de zeste d'orange.
Faire cuire jusqu'à obtention de jolies tuiles dorées
4. Nettoyer les Saint Jacques. Leur faire effectuer un aller-retour rapide mais efficace dans une poêle avec éventuellement une mini-noisette de beurre pour le goût. Ajouter le vin blanc, les épices et réserver.
5. Couper le foie gras en 4 escalopes.
6. Dans les petites cocottes, disposer les endives, les suprêmes d'orange, parsemer de quelques zestes (une pointe de couteau). Ajouter les noix de St Jacques, le foie gras et terminer par une cuillère de crème liquide.
7. Il est possible de faire patienter les cocottes au frais jusqu'au moment crucial. Faire préchauffer le four T°7 - 200°C. Passer rapidement jusqu'à ce que le foie gras fonde sur les noix de St Jacques. Servir accompagné des tuiles de parmesan. Pour les amateurs, parsemer les petites cocottes ou proposer à côté de la fleur de sel...

Conseils

La tuile de parmesan est facultative, la preuve : je l'ai oubliée sur la photo !