



PARMENTIER DE BOEUF & FOIE GRAS POÊLÉ

Difficulté :  : 30 min  : Pour 4 personnes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- ♦ 1 sachet de compotée de boeuf 400g Le Bon Bag
- ♦ 4 escalopes de foie gras de canard (environ 160g)
- ♦ 800g de pommes de terre
- ♦ 4 cuillères à soupe d'huile de noix
- ♦ Pousses de roquette
- ♦ 2 gousses d'ail
- ♦ Sel, poivre



Préparation :

- 1/ Cuire les pommes de terre à l'eau avec la gousse d'ail
- 2/ Plonger le sachet Le Bon Bag 10 min dans l'eau frémissante
- 3/ Egoutter les pommes de terre et réaliser un écrasé de pommes de terre avec l'ail, l'huile de noix, sel et poivre
- 4/ Sortir le sachet Le Bon Bag de l'eau, l'ouvrir avec des ciseaux
- 5/ Dresser dans un cercle en inox, la compotée de boeuf puis l'écrasé de pommes de terre
- 6/ Dans une poêle bien chaude, sans ajout de matière grasse, snacker les escalopes de foie gras préalablement salées et poivrées, 1 min de chaque côté
- 7/ Terminer le dressage en déposant l'escalope de foie gras sur le parmentier
- 8/ Déguster avec une salade de roquette à l'huile de noix

LES TREILLES GOURMANDES

Route de Candé - 49220 Le Lion d'Angers - 02 41 95 82 82
contact@treillesgourmandes.com - www.treillesgourmandes.com