

**DFM 930 CHAUD DEVANT 2017**  
**« Les Bons petits plats de Francette »**  
**Eclats de Foie Gras et Légumes au Miel**

Préparation : 30mn,    Cuisson : 30mn,    Pour : 6 personnes

Il vous faut :

600g d'escalopes de foie gras cru coupées en morceaux\*, 1,2kg de légumes racines (carottes, topinambours, panais, cerfeuil tubéreux, persil, racine), piment de Cayenne, 80g de beurre à la fleur de sel, 2 cuillères à soupe de miel de montagne, 8 brins de thym citron, poivre du moulin.

Réalisation de cette recette :

Pelez les légumes, lavez-les et coupez-les en morceaux ou en grosse rondelles.

Mettez-les dans une cocotte, couvrez d'eau à hauteur, posez un disque de papier sulfurisé du diamètre de la cocotte, troué au centre et faites cuire 25mn jusqu'à ce que l'eau soit évaporée.

Ajoutez alors le beurre, le miel, du poivre, un peu de piment de Cayenne, parsemez de thym citron et laissez légèrement caraméliser.

Au dernier moment, poêlez les escalopes de foie gras dans une poêle sur feu vif, 2mn de chaque côté. Salez, poivrez et servez aussitôt avec les légumes (sans le gras de cuisson).

\* Vous pouvez aussi utiliser des escalopes de foie gras entières. Comptez alors 3mn de cuisson de chaque côté.