

Recette de Foie gras de canard entier en conserve/bocal

 eurlmalaprade.fr/fr/content/9-recette-de-foie-gras-de-canard-entier-en-conserved-bocal

Foie gras de canard entier en bocal

Ingrédients pour un bocal de 500g

- 1 foie de canard extra de 500g
- 7 à 8 g de sel
- 2 à 3 g de poivre du moulin

 **Temps de préparation : 25 minutes**

 **Temps de cuisson : 1 heure**

 **Version imprimable (480 k)**



Malaprade

Préparation

1. Séparer les deux lobes de votre foie gras



2. Déveiner le foie gras

N'ayez pas peur d' "abîmer" le foie. Il se reconstituera à la cuisson.



3. Saler et poivrer le foie gras (15g de sel et 5g de poivre par kg de foie)

Il est conseillé de peser le sel et le poivre avant d'assaisonner votre foie. Si vous n'avez pas de balance, utilisez une cuillère à café pour avoir des poids approximatifs :

>> sel : 1 c. à café rase = 5g

>> poivre : 1 c. à café bombée = 5g

Vous pouvez également mélanger le sel et le poivre avant de le saupoudrer sur votre foie gras.



Répartissez le sel et le poivre sur les deux faces de votre foie !



4. Partager le foie de façon à le faire contenir dans la conserve

Si le bocal a une contenance de 350 g le "morceau" de foie devra peser 350g

5. Rouler et emboîter le foie gras



6. Tasser le foie dans la conserve

N'hésitez pas à bien le tasser pour qu'il y ait le moins d'air possible dans le bocal. Le foie rendra ainsi moins de graisse à la cuisson.



7. Ajouter un peu de poivre par dessus



8. Bien nettoyer le contour de la verrine à l'aide d'un torchon

Cette étape est cruciale pour ne pas manquer la stérilisation !

En effet, si votre verrine (ou votre caoutchouc) est grasse, votre bocal risque de ne pas être bien étanche et votre foie ne conservera pas.



9. Placer le caoutchouc et fermer la verrine

10. Placer les bocaux dans un stérilisateur

11. Les recouvrir d'un torchon puis les caler avec de grosses pierres

12. Couvrir d'eau froide (1cm au dessus du haut des conserves) et fermer le stérilisateur

13. Porter l'eau à ébullition puis laisser bouillir doucement.

Temps de cuisson :

>> Bocal de 200g = 30 min

>> Bocal de 350g = 45 min

>> Bocal de 500g = 60 min

14. A terme, couper le feu et laisser refroidir totalement l'eau

15. Sortir les bocaux, les laver et les ranger dans un endroit frais (bas de frigo ou cave)

Il est conseillé d'attendre au moins 6 mois avant la consommation de vos conserves pour que votre foie gras libère toutes ses saveurs. L'idéal est une mise en bocal (ou en boîte) un an à l'avance, voire plus...

Bonne dégustation !

