

France

Foie Gras

*Cuisinez le foie gras avec
les meilleurs chefs de nos régions*

Michel
Tanguy



Flammarion

Conception graphique : Florence Cailly
Fabrication : Louisa Hanifi-Morard
Photogravure : IGS-CP, 16 L'Isle d'Espagnac

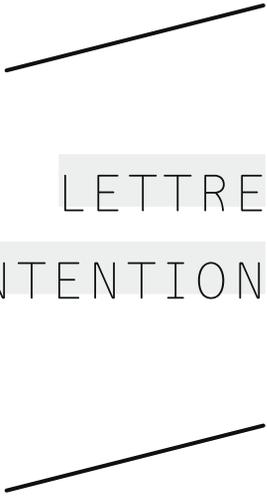
Flammarion, Paris, 2018
ISBN : 978-2-0814-1772-4
N° d'édition : L.01EPMN000935
Dépôt légal : novembre 2018
www.editions.flammarion.com

Michel Tanguy

France
Foie Gras

*Photographies
de Catherine Madani*

Flammarion



LETTRE
D'INTENTION

Lorsqu'on sait que 93 % des français consomment du foie gras régulièrement, on mesure la place qu'occupe ce produit ancestral dans nos cœurs. Rien d'étonnant à ce qu'il figure quasiment toute l'année à la carte des grands chefs de l'hexagone, cuisiniers créatifs qui ne manquent jamais d'idée pour le préparer.

Lorsque mon métier m'amène à déjeuner ou à dîner à ces tables, qu'elles soient provinciales ou parisiennes, le foie gras s'inscrit souvent au menu. Simplement préparé, comme avec la terrine poivre et sel de Yves Camdeborde au « Relais du Comptoir » dans le 6^e arrondissement de Paris, ou servi en version gastronomique par Christian Le Squer, chef triplement étoilé du Palace « Four Seasons Le George V » à Paris, il représente toujours un moment privilégié du repas.

Au fil des années, comme pour bien des produits d'ailleurs, je me suis aperçu, qu'en plus d'imposer une sélection rigoureuse de produits, essentielle à la préparation d'un grand plat, les chefs étaient doués d'une imagination sans limite. Jamais je ne mangeais le même plat alors que l'ingrédient de base était pourtant similaire. C'est toute cette diversité que j'ai voulu partager dans cet ouvrage.

Ce livre comporte 40 recettes, toutes imaginées en fonction de la saison parfois selon la région où exerce le chef, parfois selon la région d'où il est natif. Ils sont vingt au total à avoir dit oui, pour la plupart tous étoilés. Ils partagent ici un peu de leur savoir-faire, de leur créativité mais surtout leur talent et la passion de leur métier. Car tous sont investis au quotidien dans leur cuisine, avec la conviction profonde de porter au plus haut niveau nos plus beaux produits, et notre gastronomie.

Dans ces pages, c'est une ode au foie gras que vous découvrirez. De la plus simple à la plus complexe des recettes, une, toujours, répondra forcément à vos attentes et à vos envies du moment. Puissiez-vous prendre autant de plaisir à cuisiner et à manger le foie gras que j'en ai pris à réaliser cet ouvrage. Ce livre est aussi une aventure humaine, des moments de partage, de bonne humeur, de travail intense, avec une équipe motivée et enthousiaste, sans qui rien n'aurait pu se faire.

Michel TANGUY





Recettes
DE
CHEFS



Recette de *Michel Tanguy*

Je me suis tourné vers le journalisme gastronomique, parce que j'aime manger. Mais aussi, et peut-être avant tout, parce que j'aime cuisiner. Je suis devenu avec le temps un amateur éclairé, améliorant ma technique au contact des chefs que mon métier m'amène à rencontrer, et surtout grâce à l'écriture du livre *Le Grand Cours de Cuisine* de l'école Ferrandi. J'ai à cette occasion assidûment fréquenté cette école de l'excellence et ses professeurs passionnés auprès desquels j'ai énormément appris. Tous vous le diront, la technique est essentielle mais elle ne fait pas tout. La cuisine, c'est aussi de l'amour et de bons produits. Pour les choisir, rien de mieux que les marchés, lieu d'inspiration dédié, juste avant d'enfiler le tablier.

En cuisine

Lire la recette, s'assurer de disposer de tous les ingrédients puis mettre en place le plan de travail. Ensuite se concentrer. La cuisine, même si elle se résume à un hobby, ne doit pas se faire la tête en l'air. Un minimum d'attention est requis pour s'assurer du bon déroulé, et de la réussite. La dégustation n'est que plaisir, surtout lorsqu'elle réunit famille ou amis autour de la table, car il n'y a pas de meilleure cuisine que celle qui se partage. La cuisine doit être simple et la plus savoureuse possible, c'est pourquoi j'attache un grand soin aux cuissons, aux assaisonnements et aux choix d'ingrédients d'excellente qualité.

Le foie gras

Je ne saurais trop dire à quel âge j'ai goûté mon premier foie gras. Je me souviens néanmoins d'un réveillon de Noël en famille, où le repas commença par une belle tranche de terrine que le traiteur de la ville avait magnifiquement préparée. Je ne connaissais pas la cuisine à l'époque, je n'avais encore aucune notion de comment la préparer mais je prenais déjà un immense plaisir à déposer ce foie lisse et soyeux sur une tranche de pain grillée puis à le manger. Il m'aura ensuite fallu plus de temps pour apprécier le foie poêlé. Pourtant, aujourd'hui, je ne pourrais plus m'en passer. J'ai voulu donner dans ce livre deux recettes faciles à préparer. Glisser quelques lichettes dans des œufs brouillés, et réaliser des ravioles afin d'offrir une entrée de fête en un rien de temps.

RAVIOLES DE FOIE GRAS, BOUILLON CRÉMEUX AUX ARACHIDES



POUR 4 PERSONNES

Préparation : 30 minutes

Cuisson : 40 minutes

INGRÉDIENTS :

80 g de lobe de foie gras cru
1 paquet de pâte à raviole japonaise
40 cl d'eau
1 bâton de citronnelle
20 g de rhizome de gingembre
1 l de bouillon de volaille

POUR LA CRÈME DE COCO

30 cl de crème de coco

30 g de cacahuètes grillées et salées

40 g de noix de cajou grillées et salées

USTENSILES :

Emporte-pièce de 8 cm
Mixeur
Chinois étamine
Pinceau
Saucière

LA VEILLE

Taillez le foie gras en cubes de 5 g environ, déposez-les sur une plaque et placez-les 2 heures au congélateur.

PRÉPARATION DU BOUILLON

Versez l'eau dans une casserole et portez à ébullition. Ôtez la première feuille du bâton de citronnelle et coupez-le en tronçons, épluchez le morceau de rhizome puis ajoutez le tout dans l'eau bouillante et laissez frémir durant une vingtaine de minutes. Réservez.

PRÉPARATION DE LA CRÈME DE COCO

Concassez grossièrement les cacahuètes et les noix de cajou, mettez-les dans une casserole avec la crème de coco et portez à ébullition. Laissez frémir une vingtaine de minutes, mixez puis passez au chinois étamine. Réservez.

PRÉPARATION DES RAVIOLES DE FOIE GRAS

Déposez 16 disques de pâte à raviole sur votre plan de travail, mouillez le tour de chacun d'eux avec un peu d'eau à l'aide d'un pinceau, déposez un cube de foie gras congelé au centre puis placez le deuxième disque de pâte, pressez légèrement pour sceller la raviole puis découpez les bords à l'aide d'un emporte-pièce. Réservez au congélateur jusqu'au moment de la cuisson.

CUISSON DES RAVIOLES

Portez le bouillon de volaille à ébullition, baissez le feu pour laissez frémir puis plongez les ravioles par 4 durant 3 minutes. Égouttez sur une grille puis déposez sur une assiette au fur et à mesure et conservez au chaud dans un four tiède.

DRESSAGE

Mélangez le bouillon et la crème, faites réchauffer puis déposez un peu de ce bouillon épais au fond de chaque assiette. Disposez les ravioles sur la sauce et servez immédiatement. Apportez le reste de sauce sur la table dans une saucière.

Recette de
Michel Tanguy



ŒUFS BROUILLÉS
AU FOIE GRAS





POUR 4 PERSONNES

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 10 minutes

INGRÉDIENTS :

6 œufs pour une mise en bouche,

une dizaine pour une entrée

2 échalotes

2 champignons de Paris (taille moyenne)

1 citron

50 g de foie gras

20 g de beurre

20 g de crème liquide froide

Fleur de sel, poivre du moulin

MISE EN PLACE

Pelez les échalotes et ciselez-les finement. Taillez les champignons en fine brunoise (citronnez légèrement pour ne pas qu'ils noircissent). Taillez le foie gras en petits cubes.

RÉALISATION DE LA BROUILLADE D'ŒUFS

Dans une poêle, faites suer échalotes et champignons dans un beurre moussieux. Battez les œufs à l'aide d'une fourchette puis versez-les dans la poêle en prenant soin de réduire la puissance de chauffe et remuez à l'aide d'une spatule en dessinant des huit au fond de la poêle jusqu'à parfaite cuisson. Quelques instants avant la fin, ajoutez les cubes de foie gras, mélangez, puis ajoutez la crème froide hors du feu pour stopper la cuisson.

DRESSAGE

Pour une mise en bouche, présentez dans d'élégants petits ramequins, parsemez de fleur de sel et de poivre du moulin. Servez avec quelques mouillettes de pain de campagne grillé.

Recette de *Pierre Weller*

Né à Wissembourg, village situé à 70 km au nord de Strasbourg, **Pierre Weller** est depuis son plus jeune âge baigné dans l'univers de la restauration. Par ses grands-parents, tout d'abord, hôteliers-restaurateurs dans le village thermal de Morsbronn-les-Bains, auprès desquels il a indéniablement contracté le virus de la cuisine. Un premier stage à l'âge de 14 ans puis il intègre l'école hôtelière. Formé auprès d'Antoine Westermann à Strasbourg, de Jean Pierre Jacob, deux étoiles Michelin en Savoie, et de Fernand Mischler, deux étoiles en Alsace, il reprendra ensuite l'établissement familial en 2001. Un hôtel pension alors dédié aux curistes dans lequel le cuisinier entreprend une première vague de travaux en 2005 pour moderniser l'établissement en lui offrant une nouvelle cuisine et une nouvelle salle de restaurant. Sept nouvelles chambres compléteront l'offre en 2007, en plus d'un SPA de 400 m², agrandi à 2000 m² en 2011 avec l'ajout de dix-huit chambres supplémentaires.

En cuisine

La carte de « La Source des Sens » est volontairement courte pour ne s'intéresser qu'à l'essentiel de chaque saison. Ses assiettes sont simples, lisibles et soignées et n'ont d'autres objectifs que de servir le produit, lui attachant parfois une touche asiatique, tantôt japonaise, tantôt thaïlandaise. Les accords tantôt sages osent également l'audace comme avec cette belle tranche de foie gras poêlée, rhubarbe et anguille fumée que le chef sert au printemps aussi tôt la rhubarbe arrivée.

Le foie gras

Ce n'est pas tant le foie gras qui a marqué Pierre Weller lorsqu'il était enfant, c'est la brioche toastée qui l'accompagnait, au temps où ce produit était encore un luxe à table. Dans son restaurant, le foie gras est un incontournable de la carte, proposé en terrine, au torchon ou poêlé, il suit le fil de l'année. Il prend ici les couleurs de l'automne cuit à 54 °C accompagné de la pomme, du radis et du céleri, au printemps il est s'associe à la rhubarbe.

FOIE GRAS DE CANARD CUIT
À 54 °C, TARTARE DE RADIS-
POMME-CÉLERI, OPALINE
À LA NOIX, SIROP DE CIDRE



Recette de

Christian Le Squer



JARDIN MARIN/IODÉ
POUR ACCOMPAGNER
LA PIÈCE DE
FOIE GRAS/CAVIAR





POUR 6 PERSONNES

Préparation : 45 minutes

Cuisson : 5 à 8 minutes

Repos : 1 heure

INGRÉDIENTS :

1 lobe de foie gras de 500 g environ

POUR LE BOUILLON DE MISO

100 g de miso blond

100 g de miso brun

50 g d'algues wakamé

500 g d'eau

1 pincée de gros sel

POUR LE JUS DE CHOU

1/2 chou vert

50 cl d'eau

3 g de xanthane

Le jus de 1 citron

POUR LES BILLES MARINES

20 cl d'eau de mer

6 feuilles d'huître

2 g de glucose (de sucre)

1 huître

POUR LE BAIN D'ALGIN

50 cl d'eau

5 g d'alginate

POUR LES LOSANGES D'ÉCHALOTE

1 échalote

10 cl de vinaigre de vin rouge (vin vieux).

1 cuillerée à soupe de jus de betterave

POUR LA FINITION

6 feuilles de ficoïde glaciale

6 feuilles d'huître

20 g de wakamé déshydraté

18 pousses de salicorne

40 g de caviar

USTENSILES :

Chinois

Moule à demi-sphère

RÉALISATION DU BOUILLON DE MISO :

Portez l'eau à ébullition puis délayez-y les miso, brun et blond, ajoutez les algues et une pincée de gros sel.

RÉALISATION DU JUS DE CHOU :

Mixez le chou avec l'eau, le citron, passez au chinois fin, puis mixez le jus avec le xanthane. Réservez.

RÉALISATION DES BILLES MARINES :

Mixez l'ensemble des ingrédients et coulez dans un moule à demi-sphère, placez au congélateur durant 1 heure. Délayez l'eau et l'alginate puis plongez-y les demi-sphères, comptez 5 minutes puis retirez-les délicatement avec une cuillère, rincez-les et mettez-les à mariner dans le jus de chou.

RÉALISATION DES LOSANGES D'ÉCHALOTE :

Pelez l'échalote, effeuillez-la puis taillez des losanges dans la chair. Mettez-les à cuire dans le vinaigre de vin jusqu'à complète réduction, rectifiez la coloration avec le jus de betterave.

PRÉPARATION DU FOIE GRAS :

Plongez le lobe de foie gras dans le bouillon de miso pendant environ 5 minutes en veillant à ce qu'il ne bouille pas. Égouttez et réservez au chaud

DRESSAGE :

Lavez les herbes marines, séchez-les puis assaisonnez avec un peu de jus de chou vert. Déposez une belle tranche de foie gras au centre de l'assiette, entourez des billes marines et des algues, ajoutez un losange d'échalote sur quelques billes puis les herbes marines assaisonnées. Terminez en parsemant de quelques grains de caviar en tas non réguliers autour du foie gras. Vous pouvez ajouter un peu de poudre de cresson pour la finition.

Recette de *Stéphane Pitré*

Stéphane Pitré appartient à cette nouvelle génération de chefs dont la cuisine est à la fois rigoureuse et décomplexée. Formé en Bretagne, passé par Londres, c'est auprès de Jérôme Banctel, alors chef du restaurant Senderens dans le 8^e arrondissement parisien, qu'il s'initiera à la rigueur et à l'intransigeance de la cuisine gastronomique. Une place de chef au restaurant le « Metropolitan » dans le 16^e où il affirme son style puis il ouvre son restaurant dans le 9^e arrondissement de Paris. « Louis » est un écrin chaleureux d'une vingtaine de places où la carte est le reflet fidèle de son parcours.

En cuisine

Ses assiettes regardent vers la Bretagne mais font aussi écho à l'Asie. Le chef ne s'interdit rien, aussi à l'aise sur les cuissons des viandes que sur celles des poissons. Stéphane Pitré prépare avec autant d'aisance une Saint Jacques, un cabillaud ou une cannette de Challans, attentif au moindre détail dans une cuisine que l'on peut qualifier « de poche », usant de toutes les influences culinaires, ou presque, pour satisfaire ses clients, le plus important à ses yeux.

Le foie gras

À son évocation, Stéphane Pitré replonge en enfance. Il se souvient des réveillons familiaux, bien avant qu'il ne réalise sa première terrine lors de son apprentissage, ou qu'il ne goûte longtemps après le foie gras au chou d'Alain Senderens dont il s'inspire aujourd'hui pour sa recette de Foie Gras Ko Imeka. C'est la délicatesse du foie dégusté qu'il a souhaité retrouver. Avec cette recette il nous fait voyager, avec son foie gras au foin il joue la simplicité et l'explosion des saveurs, associant la franchise des goûts à l'esthétisme du foie magnifiquement laqué.



FOIE GRAS
KO IMEKA



POUR 6 PERSONNES

Préparation : 1 h 30

Cuisson : 2 heures

Repos : 1 h 30

Infusion : 1 heure

INGRÉDIENTS :

1 lobe de foie gras de 450 g environ

1 botte de radis rouge

1 botte de cébettes thaï

50 g de gingembre frais

POUR LE BOUILLON DE VOLAILLE

2,5 kg de carcasses de volaille

100 g de sauce soja

1 botte de coriandre

100 g de gingembre

GARNITURE AROMATIQUE

1 poireau

1 carotte

1 oignon

100 g de gingembre

1 branche de céleri

5 grains de poivre noir

POUR LE BANH BAO

250 g de farine type 45

5 g de levure boulangère

40 ml d'eau tiède pour diluer la levure

15 g de sucre

6 g de sel

USTENSILES :

Cafetière à dépression

PRÉPARATION DU BOUILLON DE VOLAILLE :

Nettoyez et épluchez la garniture aromatique sauf l'oignon, puis taillez-la en paysanne. Dans un grand faitout, placez les 2,5 kg de carcasses. Mouillez avec 5 litres d'eau et portez à ébullition. Sur une plancha chaude ou dans une poêle sans matière grasse, faites brûler l'oignon coupé en deux. Écumez bien le fond blanc puis ajoutez l'oignon brûlé, et la garniture aromatique. Laissez cuire à frémissement durant 2 heures. Une fois cuit, passez le fond blanc et placez-le au réfrigérateur jusqu'à complet refroidissement. Dégraissez le bouillon à l'aide d'une petite louche, puis filtrez à nouveau afin qu'il soit bien clair. Conservez 2 litres de bouillon et ajoutez-y la sauce soja. Portez à ébullition, ôtez de la source de chaleur puis faites-y infuser une demi-botte de coriandre et le gingembre haché grossièrement durant 1 heure. Filtrez et réservez.

PRÉPARATION DES CONDIMENTS :

Lavez les radis et conservez au frais. Lavez la cébette thaï, épluchez le morceau de gingembre, taillez-les en julienne, et conservez-les dans un volume d'eau glacée.

PRÉPARATION DU BANH BAO :

Diluez la levure boulangère avec de l'eau tiède, laissez la levure agir pendant 10 minutes environ. Mettez la farine dans un grand saladier, avec le sucre et le sel, faites une fontaine et versez-y doucement la levure diluée, puis l'eau tout en mélangeant. Pétrissez la pâte pendant 10 minutes jusqu'à ce qu'elle soit homogène. Replacez-la ensuite dans le saladier, couvrez d'un film alimentaire et laissez reposer à température ambiante pendant au moins 1 h 30. Lorsque la pâte a triplé de volume, dégazez-la (faites échapper les bulles d'air en l'aplatissant) puis formez des boules de 50 g. Laissez pousser 35 minutes, et faites cuire à la vapeur durant 15 minutes (utilisez des paniers vapeur en bambou).

CUISSON DU FOIE GRAS :

Taillez 6 belles escalopes dans le lobe de foie gras. Dans la base de la cafetière, versez le bouillon de volaille. Dans la partie haute, déposez les tranches de foie gras sur la demi-botte de coriandre restante. Fermez le couvercle et faites chauffer la cafetière jusqu'à ce que le bouillon monte et poche le foie gras.

DRESSAGE :

Dans une assiette creuse, déposez une tranche de foie surmontée d'une julienne de cébettes et gingembre glacé, râpez un radis à la Microplane® sur le côté de l'assiette. Versez le bouillon de soja sur le foie gras et accompagnez le plat avec le banh bao.

CONSEIL DU CHEF :

Placez un papier sulfurisé sous chaque petite boule de pâte dans le panier avant cuisson. Cette base de pâte peut aussi vous servir à réaliser des bao bun, de petits pains moelleux garnis d'une farce de viande ou de légumes.