

Foie con mermelada de arándanos al Oporto

Foie con mermelada de arándanos al Oporto, usamos foie que es el hígado de patos o de gansos que en algunos países se sobre alimenta por medios artificiales (sonda) o naturales.

El porque se utilizan estas aves es porque tienen la facultad de almacenar grasa en el hígado, sin enfermar, para poder hacer las largas migraciones que harían en su estado salvaje.

Nosotros no vamos a entrar en polémicas, nosotros solo hablamos de cocina.

ingredientes

- 200 gr de Foie de Pato
- 200 gr de Arándanos frescos
- 30 gr de Azúcar moreno
- 1/2 copa de Oporto
- Unas gotas de Aceite de oliva virgen
- Pimienta
- Escamas de Sal

elaboración Foie con mermelada de arándanos al Oporto

Vamos a preparar primero la mermelada de arándanos, ponemos la fruta en una sartén con el azúcar y el Oporto, lo dejamos a fuego muy bajo y removemos hasta que empiece a hervir, con una cuchara vamos rompiendo los arándanos que se habrán quedado blanditos.

Dejamos al fuego durante unos 45 minutos, pasado este tiempo los ponemos en un vaso de la batidora, trituramos y devolvemos

a la sartén, habrá que dejar reducir durante 15 minutos más. Reservamos y dejamos enfriar.

En una sartén con unas gotas de aceite pondremos nuestro foie, lo haremos por los dos lados con 2 minutos por cada lado debería ser suficiente.

Emplatamos y le ponemos la pimienta y las escamas de sal al gusto.

Ya tendremos nuestro Foie con mermelada de arándanos al Oporto.

Medidas:

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.

Hornos:

- Como siempre las temperaturas y los tiempos dependerán de cada horno, ajustarlas según veáis vosotros.

Terminos:

- Espumar = Retirar con una cuchara o espumadera, la espuma que se forma en la superficie de las cocciones.
- Desglasar = disolver los jugos de cocción que quedan pegados en el fondo de las ollas.