

Foie de Génisse au Vin Rouge

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 40 Minutes

Ingrédients:

- FOIE DE GÉNISSE	750g
- CAROTTE(S)	2-3
- OIGNON(S)	1 petit
- FARINE	1 c à soupe
- VIN ROUGE	50 cl
- CRÈME FRAÎCHE	2-3 c à soupe
- SEL	
- POIVRE	



Recette:

- Emincez finement l'oignon.
- Pelez et coupez les carottes en rondelles à l'aide de la mandoline. Faites-les cuire 4 min au micro-onde sous un film alimentaire.
- Taillez le foie en morceaux (comme pour un bourguignon).
- Saisissez-les dans du beurre chaud sur toutes les faces. Salez et poivrez. Réservez sur une assiette (les foies ne doivent pas être cuits mais juste saisis).
- Dans la même poêle, faites revenir l'oignon émincé puis ajoutez les carottes précuites.
- Saupoudrez de farine, mélangez puis arrosez de vin rouge. Faites doucement réduire la sauce et laissez épaissir.
- Lorsque la sauce est bien onctueuse, intégrez la crème. Rectifiez l'assaisonnement.
- Replacez quelques instants les foies dans la sauce afin de les réchauffer et de finir leur cuisson.
- Servez les morceaux de foie nappés de sauce au vin avec les carottes.

Remarque:

Accompagnez de semoule, de pommes de terre ou de riz.