

## Le Foie Gras

Il est important de préparer le foie gras le jour même où l'animal a été tué, ou au moins le jour de l'achat du foie.

Suivant les provenances, la couleur du foie peut être ocre jaune (des on mousses claires et dans le sud ouest Beip rose ou gris rose - En principe il vaut mieux éviter les foies très blancs ou très ocre de même que les foies très blancs - le foie doit être souple (1/4 mou) sous le doigt et non cassant.

En principe le poids moyen demandé est de 450 à 550 g pour le foie de canard et de 650 à 900 g pour le foie d'oie.

Le gras du foie est une matière précieuse - conseil de le mettre

à tremper pendant 1 heure ou deux dans  
de l'eau froide pour le ramollir et le  
faire digérer - l'épousser - séparer  
les deux lobes du foie -

Important enlever avec un couteau  
pointu toutes les traces de vater (amidon)  
qui peuvent rester (après avoir enlevé  
le fiel) enlever toutes les grosses veines  
et les cartilages qui il y a entre les 2 lobes  
si on voit le départ de grosses veines, essayer  
de les enlever très soigneusement sans abimer le foie  
en tirant légèrement dessus -

Ensuite laver le soigneusement et  
l'éponger (gr. mouche de l'hygiène) -

Prendre un mélange de 15 lb de sel  
fin et 4 lb de vive saie (ou lin) ou 3, 3 1/2  
si on veut le faire. C'est la proportion

pour 1 lb de foie - ~~à faire~~ le foie avec les  
mains dans le <sup>pan perdu</sup> ~~protection~~ avec ce mélange en  
proportion du poids du foie - Ensuite le mettre  
en bocal et le stériliser 1 1/2 à 200° ou le cuire à  
préparer en terrine - 30 à 35' à fond de 10' au bain