



**ATELIER DE CUISINE EN LIVE en partenariat avec** 

**Le 10 décembre à 18H00 sur la page Facebook de Feyel :**  
**<https://www.facebook.com/foiesgrasfeyel>**

### **Recette 1 :**

**Duo de caille fumé et foie gras poêlé, tartare de betterave & pomme et pickles d'oignons.**

#### **Pour 4 personnes :**

- 4 escalopes de foie gras de canard
- 8 cuisses de caille fumée
- 2 betteraves cuites
- 2 pommes acidulée (Granny smith, Boskoop, Elstar, Ariane...)
- 1 oignon rouge
- 10 cl d'eau
- 4 cl de vinaigre blanc
- 2 cuillères à soupe de sucre roux
- Mélange d'épices au choix pour les pickles : coriandre, poivre, cannelle, laurier, ...
- 1 cuillère à soupe de vinaigre de cidre
- 1 cuillère à soupe d'huile de noisette
- ½ botte de cerfeuil ou de ciboulette
- Sel/poivre

#### **Matériel :**

- 1 couteau
- 1 planche
- 1 petite casserole avec couvercle
- 1 écumoire
- 1 cul-de-poule
- 1 poêle
- 1 emporte pièce
- 1 pince
- 1 spatule plate



## **Recette 2 :**

### **Teriyaki de magret frais et fumé, wok de légumes aux cacahuètes**

#### **Le teriyaki :**

- 2 magrets de canard
- 100g de magret de canard fumé au bois de hêtre
- 6 cuillères à soupe de miel (variété à votre goût)
- 6 cuillères à soupe de sauce soja (à teneur réduite en sel)
- 1 citron
- 1 bout de 2 cm de gingembre
- 2 gousses d'ail

#### **Le wok :**

- 1 brocoli
- 2 carottes
- 1 navet
- ¼ de chou chinois
- ½ botte de coriandre
- 3 cuillères à soupe de cacahuètes
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 10 cl d'eau

#### **Matériel :**

- 1 planche
- 1 couteau
- 1 poêle
- 1 petite casserole
- 1 plat de cuisson
- 1 wok avec couvercle ou 1 marmite avec couvercle
- 1 économe
- 1 pince
- 1 spatule plate
- 1 presse agrumes