



## Foie gras de canard au naturel

**Niveau :** moyen  
**Budget :** élevé  
**Préparation :** 30 minutes  
**Cuisson :** 5/20 minutes  
**Repos :** 6/12 heures

### **Ingrédients pour 18 Cake Pops :**

80 g de yaourt nature, 40 g d'huile d'olive 0.4°, 70 g de sucre, 1 œuf, 1.5 cuillère à café de levure, 95 g de farine, 35 g de noix de coco en poudre, 1 cuillère à café de gingembre en poudre.

**Pour le nappage :** glaçage au chocolat, 270 g de chocolat, 30 g de crème, 90 g de beurre, noix de coco en poudre.

1. Dénervé le foie de canard, de préférence à température ambiante.
2. Dans une assiette, mélanger le sel, le poivre et le sucre.
3. Assaisonner le foie avec le mélange antérieur et le placer dans la terrine. Couvrir le moule et laisser mariner pendant 12 heures au réfrigérateur.
4. Après l'avoir laissé reposer, presser délicatement le foie pour qu'il prenne la forme du moule; retirer la presse, couvrir et faire cuire au micro-ondes pendant 5 minutes à 800 W ou au bain marie au four, de préférence en mode convection, pendant 20 minutes à 100°C.
5. Après la cuisson, presser délicatement pour enlever l'excédent d'huile et rendre le foie compact; si vous le souhaitez, ajoutez un poids sur la presse.
6. Couvrir et réserver au réfrigérateur pendant 6 à 12 heures minimum avant de servir.