



ENSALADA DE FOIE-GRAS SOBRE LLESCA AMB OU I PORTO

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 40 g de oli d'oliva
- 20 g de vinagre
- 20 g de mermelada
- 300 g de brots variats
- 200 g de foie gras d'ànec fresc
- 300 g de poma reineta
- 5 g de mantega
- 10 g de sucre
- 80 g de pa de motle
- 1 unitat de ou
- 20 g de mermelada
- sal
- sal
- 100 ml de vi porto

LA PREPARACIÓ

- Talla les llesques de pa amb un tallapastes redó, mulla-les en el porto, escorre-les i arrebossa-les amb l'ou batut i frig-les en oli.
- Dissol la mermelada amb el vinagre, adoba-la amb sal i afeg-hi emulsionant l'oli.
- Talla filets de foie-gras i prepara'ls en una paella molt calenta, sense gens d'oli. Posa a sobre de cada un un granet de sal de Maldon.
- Col·loca als plats un muntó d'ensalada ruixada amb la



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 34 g	Grases 28.9 g
Kcal 483	Proteïnes 12.9 g

vinagreta, al centre la llesca amb ou untada amb la melmelada de gerds i sobre esta el foie-gras. Al costat, les pomes.