



Pour 4 personnes :

4 tranches de foie de veau

1 cac de cinq-épices chinois

2 cas de farine

40 g de beurre

2 cas d'huile

250 g de griottes surgelées

3 cas de crème balsamique aux cerises

20 g de cassonade

Sel

Dans une casserole, mettez la cassonade avec 4 cuillères à soupe d'eau, faites cuire pour obtenir un caramel brun, puis ajoutez le vinaigre et les griottes, laissez compoter 5 mn à feu doux

Dans un bol, mélangez la farine et les cinq-épices, salez le foie puis passez-le dans le mélange en appuyant pour faire adhérer les cinq-épices

Dans une poêle chaude faire fondre le beurre et saisir le foie 2 mn de chaque côté

Servir le foie avec une purée, j'ai cuit des tous petits dès de carottes que j'ai ajouté à la purée .



Imprimer la recette