





RECETTE

FOIE GRAS POCHÉ AU VIN ROUGE ET SA COMPOTÉE DE POIRES À LA BADIANE

Nous voilà à nouveau sous le sapin ! Il nous semble que la recette du délicieux risotto aux truffes que nous vous avons proposée pour les fêtes de fin d'année 2024 date d'il y a quelques mois à peine. Ne nous plaignons pas du temps qui passe, au moins nous permet-il de savourer à nouveau ensemble des mets de fête !

Le chef de cuisine Jean-Charles Albert du restaurant Parc Le'h nous propose cette année une recette particulièrement goûteuse et festive : un foie gras poché au vin rouge accompagné de sa compotée de poires et céleri à la badiane.

Si le nom de la recette prend des accents gastronomiques qui feront saliver vos invité-es, nul ne vous obligera à leur raconter la simplicité de son exécution !

REZEPT

FOIE GRAS IN ROTWEIN POCHIERT, MIT BIRNEN- KOMPOTT UND STERNANIS

Es ist wieder Weihnachtszeit! Es kommt uns so vor, als wäre es erst wenige Monate her, dass wir Ihnen das köstliche Rezept für Trüffel-Risotto zu den Feiertagen zum Jahresende 2024 vorgestellt haben. Wir wollen uns jedoch nicht über die schnell vergehende Zeit beklagen, denn so können wir wenigstens gemeinsam festliche Gerichte genießen!

Der Küchenchef Jean-Charles Albert vom Restaurant Parc Le'h hat uns dieses Jahr ein besonders schmackhaftes und festliches Rezept mitgebracht: Pochierte Foie gras mit Rotwein, serviert mit Birnen-Sellerie-Kompott und Sternanis.

Der Name des Gerichts klingt so gastronomisch, dass Ihren Gästen das Wasser im Mund zusammenlaufen wird – aber Sie müssen ihnen ja nicht verraten, wie einfach es zuzubereiten ist!



À vos casseroles !

INGRÉDIENTS POUR 4-5 PERSONNES

- 1 foie gras cru d'environ 500g

Pour la marinade :

- 300ml de porto rouge
- 300ml de vin rouge (type Merlot)
- ½ bâton de cannelle
- 1 étoile de badiane (anis étoilé)
- 1-2 clous de girofle
- 1 c. à s. de miel (clair, type miel toutes fleurs)
- 1 c. à s. de sirop d'érable
- 1 orange bio

Pour la compotée :

- 2 poires (type Rocha)
- 50g de pistaches
- vinaigre balsamique
- 1 étoile de badiane
- 1 c. à s. de miel (type toutes fleurs)
- 50g de céleri rave
- 1 c. à s. de beurre
- ½ bâton de cannelle
- sel & poivre

PRÉPARATION

Le foie gras et sa marinade

- Dénervéz le foie gras puis placez-le au réfrigérateur.
- Versez le vin et le porto dans une casserole.
- Ajoutez-y ½ bâton de cannelle, 1 étoile de badiane, 1-2 clous de girofle, 1 c. à s. de miel et 1 c. à s. de sirop d'érable. Portez à ébullition.
- Flambez ! Cela fera s'évaporer l'alcool qui dès lors perdra de sa puissance et laissera plus de place au goût du foie gras et des épices. Placez la casserole à l'abri hors du feu jusqu'à ce que l'alcool se soit entièrement évaporé et que la flamme s'éteigne (environ 10 minutes).

La compotée

Pendant que la marinade flambe tranquillement :

- Coupez le céleri rave en brunoise (d'abord en tranches puis en tout petits carreaux).
- Épluchez les poires et coupez-les de la même façon.
- Placez dans une casserole : 1 c. à s. de beurre, 1 c. à s. de miel, 1 c. à s. de vinaigre balsamique. À feu moyen, vous allez obtenir une sorte de caramel.
- Ajoutez-y la badiane et ½ bâton de cannelle. Remuez.
- Ajoutez enfin le céleri rave, les pistaches et les poires. Un petit tour de moulin à poivre.
- Laissez compoter à feu doux.

On reprend la marinade. Après environ 10 minutes, la marinade s'est arrêtée de flamber.

- Mesurez la marinade avec un thermomètre : elle doit idéalement atteindre max 72 C°.
- Ajoutez-y le zeste d'un tiers de l'orange bio.
- Dans un récipient, déposez le foie gras et la marinade. Vous pouvez y ajouter les épices de votre goût comme des baies de genièvre, du poivre rose...
- Couvrez et mettez le tout au frigo pour 24 à 48h.

À la sortie du réfrigérateur :

- Retirez les petits morceaux de graisse qui flottent éventuellement à la surface.
- Sortez le foie gras de la marinade et découpez-le en tranches. Pour cela, chauffez légèrement la lame d'un couteau : cela lui permettra de glisser et d'empêcher que le foie gras ne colle à la lame et risque de se désagréger.
- Ajoutez quelques grains de fleur de sel, un tour de moulin à poivre et, à titre optionnel, un trait d'huile d'olive et un peu de vinaigre balsamique, un peu de piment d'Espelette et des fleurs comestibles (phlox, bourrache...).
- Retirez l'anis étoilé, les clous de girofle et la cannelle de la compotée et disposez-les avec le foie gras sur l'assiette. Bonne dégustation !

Version végétarienne : La marinade peut servir également pour des légumes ou des fruits tels que le potimarron, le butternut ou des poires. Un délice !

ACCOMPAGNEMENT DU VIN

Un vin blanc tel qu'un Côte de Beaune ou Pouilly Fuissé ou un rouge de type Reuilly, pour leur caractère bien trempé et plein de complexité.

RESTAURANT • BRASSERIE PARC LE'H

1 rue de la Forêt, L-3471 Dudelange
Tél. 51 99 90, info@parcleh.lu
www.parcleh.lu

Bon à savoir

Le restaurant Parc Le'h a été une nouvelle fois distingué « Bib gourmand » par le Guide Michelin 2026.

AN DIE TÖPFE, FERTIG, LOS!

ZUTATEN FÜR 4-5 PERSONEN

- ca. 500 g rohe Gänseleber

Für die Marinade:

- 300ml roter Portwein
- 300ml Rotwein (z.B. Merlot)
- ½ Zimtstange
- 1 Sternanis
- 1-2 Nelken
- 1 EL Ahornsirup
- 1 Bio-Orange
- 1 EL Honig (z.B. Blütenhonig)

Für das Kompott:

- 2 Birnen (Typ Rocha)
- 50g Sellerieknolle
- 50g Pistazien
- 1 EL Butter
- 1 EL Balsamico-Essig
- 1 EL Honig (z.B. Blütenhonig)
- ½ Zimtstange
- 1 Sternanis
- Salz & Pfeffer

ZUBEREITUNG

Die Foie gras und ihre Marinade

- Entfernen Sie die Nerven aus der Foie gras und stellen Sie sie anschließend in den Kühlschrank.
- Gießen Sie den Wein und den Portwein in einen Topf.
- Geben Sie ½ Zimtstange, 1 Sternanis und 1-2 Nelken, 1 EL Honig und 1 EL Ahornsirup hinzu.
- Zum Kochen bringen.
- Flambieren! Dadurch verdunstet der Alkohol und die Aromen der Foie gras und Gewürze können sich entfalten. Den Topf vom Herd nehmen und beiseitestellen, bis der Alkohol vollständig verdunstet ist und die Flamme erloschen ist (ca. 10 Minuten).

Das Kompott

Während die Marinade langsam flambiert:

- Schneiden Sie die Sellerieknolle zuerst in Scheiben und dann in sehr kleine Würfel.
- Schälen Sie die Birnen und schneiden Sie sie auf die gleiche Weise.
- Geben Sie 1 EL Butter, 1 EL Honig und 1 EL Balsamico-Essig in einen Topf. Bei mittlerer Hitze entsteht eine Art Karamell.
- Fügen Sie 1 Sternanis und ½ Zimtstange hinzu. Umrühren.
- Geben Sie den Sellerie, die Pistazien und die Birnen hinzu. Etwas Pfeffer aus der Mühle hinzufügen.
- Bei schwacher Hitze köcheln lassen.

Weiter geht es mit der Marinade: Nach etwa 10 Minuten hat das Flambieren aufgehört.

- Messen Sie die Temperatur der Marinade nun mit einem Thermometer. Sie sollte idealerweise maximal 72 °C erreichen.
- Fügen Sie die Schale eines Drittels der Bio-Orange zu.
- Legen Sie die Foie gras und die Marinade in einen Behälter. Wenn Sie möchten, können Sie Gewürze Ihrer Wahl hinzufügen, wie Wacholderbeeren oder rosa Pfeffer...
- Decken Sie alles ab und stellen Sie es für 24 bis 48 Stunden in den Kühlschrank.

Nach dem Herausnehmen aus dem Kühlschrank:

- Entfernen Sie eventuelle Fettstückchen von der Oberfläche.
- Nehmen Sie die Foie gras aus der Marinade und schneiden Sie sie in Scheiben. Erwärmen Sie dazu die Messerklinge leicht, damit sie besser gleitet und die Foie gras nicht an der Klinge kleben bleibt und zerfällt.
- Fügen Sie einige Körner Fleur de Sel, eine Umdrehung Pfeffer aus der Mühle, optional einen Schuss Olivenöl und etwas Balsamico-Essig, etwas Piment d'Espelette und essbare Blüten (Phlox, Borretsch ...) hinzu.
- Entfernen Sie schließlich den Sternanis, die Nelken und den Zimt aus dem Kompott und richten Sie alles zusammen auf einem Teller an. Guten Appetit!

Vegetarische Variante: Die Marinade eignet sich auch für Gemüse oder Obst, wie unter anderem Kürbis, Butternusskürbis oder Birnen. Ein Genuss!

WEINBEGLEITUNG

Ein Weißwein wie ein Côte de Beaune oder Pouilly Fuissé oder ein Rotwein wie ein Reuilly aufgrund ihres kräftigen Charakters und ihrer Komplexität.

Restaurant • Brasserie Parc L'éh

1 rue de la Forêt, L-3471 Dudelange
Tel. 51 99 90, info@parcleh.lu
www.parcleh.lu

Gut zu wissen

Das Restaurant Parc Le'h ist erneut als „Bib Gourmand“ im Guide Michelin 2026 vertreten.



JEAN-CHARLES ALBERT • PARC LE'H

