

Terrine de queue de bœuf aux lentilles et « au foie gras facultatif »



Ingrédients :

1 queue de bœuf
1 pied de veau fendu ou 8g de gélatine
100 gr de lentilles
3 poireaux
700 gr de carottes
1 gros bouquet de persil
Garniture pour le bouillon : queue du bouquet de persil, 1 branche de céleri, 1 carotte, 1 oignons piqué de 3 clous de girofle, laurier, thym, gros sel, grains de poivre (1 douzaine environ)

Préparation :

Mettre la queue de bœuf, le pied de veau, la garniture dans une très grande marmite
Recouvrir d'eau froide, portez à ébullition
Laissez frémir 3 heures
Sortir la viande, la laisser tiédir
Effiloche la queue de bœuf, réserver
Passez le bouillon

Faire cuire séparément les :

Carottes coupées en très fines rondelles dans le bouillon de cuisson
Les poireaux parés et coupés en rondelles dans le bouillon de cuisson
Les lentilles dans le bouillon de cuisson
Egoutter les légumes et récupérer le bouillon de cuisson

Si vous utilisez de la gélatine la mettre à tremper dans de l'eau froide
Presser la gélatine et l'incorporer au bouillon si vous n'avez pas utilisé de pied de veau

Si vous avez utilisé un pied de veau, vous pouvez si vous le désirez le mettre coupé en petits morceaux dans la terrine, (Vérifiez la cuisson du pied de veau, refaire cuire si besoin dans le bouillon de cuisson)

Bien assaisonner les lentilles, avec une sauce vinaigrette bien relevée avec persil ou ciboulette, échalotes, huile, vinaigre, sel, poivre. (Au printemps avec des petits oignons nouveaux)

Montez la terrine par couche, viande, légumes en intercalant entre chaque couche un peu de persil haché

Au foie gras (Avec le foie gras l'insertion de poireaux et carottes sont facultatifs)

Méthode n° 1 au foie gras cru

Coupez le foie gras en tranche de 1,5 cm environ, retirer les grosses veines des tranches et les faire revenir dans une poêle bien chaude 1 minute environ. Egouttez-les sur du papier absorbant. Vous pouvez aussi prendre des escalopes toutes prêtes surgelées (très pratique)

Méthode n° 2 au foie gras mi-cuit

Coupez le foie gras en tranche

Pour les 2 méthodes montez la terrine en intercalant le foie gras entre chaque couche.

Sauce ingrédients :

3 c à s de moutarde de Dijon, 1 c à c de sel fin, 1 c à s de très bon vinaigre de vin, 3 c à 4 c à s d'huile d'olive douce, 1 œuf dur haché.

Estragon, ciboulette, les feuilles du bouquet de persil, 2 grosses échalotes hachées menues (on peut utiliser des herbes surgelées)

Préparation de la sauce : Mélangez au fouet la moutarde et l'huile d'olive (quantité selon consistance « comme une mayonnaise molle ») Rajouter, vinaigre, sel, poivre du moulin, l'œuf dur haché, toutes les herbes hachées et les échalotes.

Couper le foie gras en tranches de 1,5 cm, retirer les grosses veines des tranches et les faire revenir dans une poêle bien chaude 1 mn environ de chaque côté. Égoutter les escalopes de foie gras sur du papier absorbant et les Couper le foie gras en tranches de 1,5 cm, retirer les grosses veines des tranches et les faire revenir dans une poêle bien chaude 1 mn environ de chaque côté. Égoutter les escalopes de foie gras sur du papier absorbant et les