

# Tavada Kurutulmuş Kaz Ciğeri

Şarap indirgemeli sos ile klasik French tavada sote foie gras. Evde mükemmel pişmiş foie gras için doğru tekniği öğrenin.

20 min

HAZIRLIK

20 min

PIŞIRME

40 min

TOPLAM

4

PORSİYON

Easy

ZORLUK



## Malzemeler

- 1 yemek kaşığı tuzsuz tereyağ
- 1 diş sarımsak
- 1 çay kaşığı biberiye
- 1 çay kaşığı portakal
- 1 bardak şarap
- 1 çay kaşığı taze limon suyu
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

## Yapılışı

1

### Tava Sosunun Tabanını Hazırlayın

1 diş sarımsağı ince ince doğrayın ve 1 çay kaşığı portakal kabuğu rendesi, 1 çay kaşığı doğranmış taze biberiye ve 1 çay kaşığı taze limon suyu ile birlikte bir kenara koyun.

## 2 Foie Gras'ı Hazırlayın

Foie gras'ı oda sıcaklığına getirmek için pişirmeden 15 dakika önce buzdolabından çıkarın. Sıcak su altında ısıtılmış keskin bir bıçak kullanarak 1,5 cm kalınlığında dilimler halinde kesin.

3 Pişirme sırasında kıvrılmayı önlemek için her dilimin yüzeyini çapraz desen şeklinde hafifçe çizin.

4 Her dilimin her iki tarafını da 1 çay kaşığı tuz ve 1 çay kaşığı taze çekilmiş karabiber ile bol bol baharatlandırın.

## 5 Foie Gras'ı Kavurun

Kalın tabanlı paslanmaz çelik veya döküm demir tavayı orta ateşte (yüzey sıcaklığı 150°C) eşit şekilde ısınana kadar 2 dakika ısıtın.

6 Foie gras dilimlerini hiç yağ eklemeyen kuru tavaya yerleştirin ve altın kahverengi kabuk oluşana ve yağ çıkmaya başlayana kadar 2-3 dakika kavurun.

7 İnce spatula kullanarak dikkatlice çevirin ve diğer tarafı da altın kahverengi olana kadar ama nazikçe bastırıldığında merkezi hala pembe kalacak şekilde 1-2 dakika kavurun.

8 Foie gras'ı sıcak bir tabağa alın ve sos yaparken sıcak kalması için folyo ile örtün.

## 9 Şarap İndirgemesini Yapın

Tavanın dibindeki kavrulmuş parçacıkları bırakarak, çıkan yağın 1 yemek kaşığı hariç hepsini dökün.

10 Doğranmış sarımsak, portakal kabuğu rendesi ve biberiyeyi sıcak tavaya ekleyin ve kokulu ama kavrulmamış halde 30 saniye soteleyin.

11 1 su bardağı beyaz şarap ekleyin ve tavanın dibindeki kavrulmuş parçacıkları tahta kaşık ile kazıyın (buna deglazing denir).

12 Şarabı yarısı kalana ve hafif şurupsu olana kadar 3-4 dakika kaynatın, sonra 1 çay kaşığı limon suyunu karıştırın.

## 13 Serve

Sıcak foie gras dilimlerini ısıtılmış servis tabaklarına dizin ve şarap indirgemesi ile süsleyin. Sıcakken hemen servis yapın.

## Besin Değerleri

|        |         |              |     |       |        |
|--------|---------|--------------|-----|-------|--------|
| 462    | 11g     | 4g           | 44g | 2g    | 590mg  |
| KALORI | PROTEİN | KARBONHİDRAT | YAĞ | ŞEKER | SODYUM |

Porsiyon başına

## İpuçları

En iyi doku ve minimum damarlılık için her zaman Grade A foie gras kullanın.

Bıçağı dilimlemeden önce sıcak suda ısıtarak yırtılmadan temiz kesimler elde edin.

Tavaya asla yağ veya tereyağı eklemeyin - foie gras pişerken kendi yağını çıkarır.

Dış kısmın içi düzgün ısınmadan yanmasını önlemek için ateşi orta-kısık tutun.

Çıkan foie gras yağını saklayın - sebze kavurması yapmak veya confit hazırlamak için mükemmeldir.

Çıtır dış yüzey ile kremalı iç kısmın kontrastı en üst seviyedeysen hemen servis yapın.

Fazla pişmeyi önlemek ve doğru doku kontrastını sağlamak için kalın dilimler (yaklaşık 1,5 cm) kesin.

Tava çok dumanlı hale gelirse, hassas ciğerin yanmasını önlemek için ateşi hemen kısın.