



FOIE CON CEBOLLA CONFITADA Y CREMA DE LENTEJAS

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 320 g de lenteja seca
- 60 g de aceite de oliva virgen
- 240 g de cebolla
- 1 diente de ajo
- 20 g de azúcar
- 1 ml de vinagre de Módena
- 40 g de foie-gras de pato fresco
- 40 g de codillo de jamón serrano

LA PREPARACIÓN

- Crema: Después de limpiar y remojar las lentejas, cuécelas cubiertas con agua fría con el codillo de jamón.
- Cocina muy despacio. Fríe con 2 cucharadas de aceite la cebolla y el diente de ajo picado muy fino y añade, fuera del fuego, el pimentón.
- Cuando las lentejas estén a medio cocer, añade el refrito, sazónalas y termina la cocción. Tritúralas , pásalas por el chino y añade más caldo hasta obtener la textura de una crema.
- En el último momento añade 2 cucharadas de aceite y el vinagre balsámico.
- Foie-gras: Pasa los filetes por una sartén.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 43.4 g	Grasas 21.7 g
Kcal 491	Proteínas 23.3 g

- Cebolla confitada: Coloca la cebolla cortada en aros con el aceite y el azúcar en una cazuela, tapa y cuece a fuego suave durante 1 hora o hasta que se caramelice
- Coloca en un plato un montoncito de cebolla confitada y encima el filete de foie-gras. Vierte alrededor la crema de lentejas y salpícala con un chorro de vinagre balsámico y aceite.