

## Salade gasconne à la mangue et foie gras



Préparation 20 mn  
Pas de cuisson

Les ingrédients pour 6 personnes :

200 g de foie gras de canard mi-cuit  
120 g de magret de canard séché prétranché  
250 g de mâche  
1 belle mangue  
2 c à s de vinaigre de cidre  
2 c à c de miel  
6 c à s d'huile de noisette  
Quelques noisettes entières  
Sel et poivre du moulin

Faire torrifier au four les noisettes 10 mn environ à 150° et les concasser grossièrement.

Peler la mangue et couper la chair en dés. Couper le foie gras en morceaux.

Faire la vinaigrette en mélangeant le miel, le vinaigre de cidre, sel et poivre puis l'huile de noisette.

Dans chaque assiette de service répartir la mâche et les dés de mangue, ajouter les morceaux de foie gras et napper de vinaigrette. Mettre les noisettes concassées et servir sans attendre.

Vous pouvez tout préparer à l'avance en emballant la mangue en dés et les morceaux de foie gras chacun dans du film étirable ( les réserver au frais ), mais vous n'assemblerez la salade qu'au dernier moment.

Vin conseillé : un Jurançon sec ( blanc du Sud-Ouest )

Péché de gourmandise  
<http://pechedegourmand.canalblog.com>