

FIGUES RÔTIES AU MIEL

Septembre 2008 (Actualisé en janvier 2017)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 16 figues violettes
- ★ 4 citrons verts
- ★ 50 g de beurre
- ★ 50 g de margarine
- ★ 4 cuillères à soupe de miel d'acacia

Ustensiles : Casserole, Bol, Poêle

Préparation : 10 mn

Cuisson : 20 mn

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 8,15 € (soit 2,04 € par personne)



Recette :

Passer les figues sous l'eau, les essuyer et les inciser en croix au niveau du pédoncule. Brosser sous l'eau courante un citron vert, le sécher, récupérer les zestes et les détailler en fines lanières de 1 mm de large. Porter à ébullition 20 cl d'eau dans une casserole, ajouter les zestes, les blanchir 5 minutes et les égoutter. Extraire le jus des 4 citrons dans un bol. Faire fondre les matières grasses dans une poêle, ajouter les figues et les faire dorer 10 minutes à feu doux en les arrosant souvent. Les retirer et les réserver au chaud. Ajouter le miel dans la poêle, déglacer avec le jus de citron et laisser réduire 10 minutes à feu doux. Disposer les figues dans le plat de service, napper avec le jus de cuisson passé au chinois. Parsemer de zestes.

A servir en accompagnement de foie gras, de magrets de canard poêlés, de cailles rôties,