



- Faites griller le pain. Découpez les tranches en 2 ou 3 morceaux selon leur taille.
- Tartinez les toasts d'un peu de chutney de figes. Découpez des lamelles de foie gras et déposez-les sur les toasts.
- Parsemez d'un peu de fleur de sel, de petites feuilles de cerfeuil, donnez quelques tours de moulin à poivre et servez.



Faites votre foie vous-même, c'est vraiment super simple. Achetez les foies chez Picard (foie gras de canard du sud-ouest), ils sont très bien et bénéficient d'une IGP (Indication Géographique Protégée). Suivez exactement les conseils de préparation figurant sur la boîte (en salant simplement un peu moins) et vous serez étonné du résultat.

Ingrédients pour 4 pers. :

Pour une douzaine de toasts

+/- 150 g de foie gras
 Quelques cuillérées de chutney de figes (ou un autre chutney, de mangue par exemple, à défaut de la confiture de figes)
 Quelques feuilles de cerfeuil
 4 à 5 tranches de pain (aux céréales ou au levain ou aux figes en fonction de vos goûts)
 Fleur de sel
 Poivre du moulin

Variantes :

Si vous n'aimez pas le mélange sucré/salé, ne mettez pas de chutneys, mettez le foie gras directement sur le pain grillé.
 Vous pouvez également remplacer le chutney par un confit d'oignons (mais il y aura toujours un peu de sucre). Achetez-le en bocal ou si vous voulez le faire vous-même, consultez la recette « Croques aux champignons, courgette, fromage et oignons caramélisés ».

