



1. Coupez-le foie gras en tranches ou en morceaux assez épais (en fonction de la forme du foie).
2. Faites cuire les haricots verts 4 à 6 mn (selon leur épaisseur) dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les et plongez-les dans un saladier d'eau glacée. Laissez-les refroidir 10 mn, égouttez et réservez.
3. Pendant ce temps, faites revenir dans une poêle les gésiers à feu moyen pendant +/- 15 mn. Quand ils sont dorés, égouttez-les et réservez-les sur du papier absorbant. Une fois tièdes, coupez-les en deux.
4. Nettoyez les champignons, coupez-les en quartiers, citronnez et réservez.
5. **Torréfiez** les pignons 5 mn dans une poêle à feu moyen (méfiez-vous, cela va vite !).
6. Mélangez dans un bol le vinaigre, le sel, le poivre et émulsionnez avec l'huile d'olive.
7. Dans un saladier, mettez les feuilles de mâche, les pousses d'épinard, les haricots verts et les champignons. Versez la vinaigrette par-dessus. Remuez délicatement. Puis disposez les gésiers, les tranches de magret et de foie gras. Parsemez de pignons et de basilic ciselé. Si vous préférez faire une présentation en couronne, comme sur la photo (vous n'utiliserez pas toutes les quantités ou alors faites une grande couronne), commencez par disposer la moitié des champignons et des gésiers tout autour d'un grand plat plat : ils serviront de supports et donneront un peu plus de volume à votre couronne. Disposez par-dessus un mélange de mâche et de pousses d'épinard en formant un grand rond. Mettez sur le dessus le reste des champignons et des gésiers, les haricots verts, les tranches de magret pliées en deux et les morceaux de foie gras. Parsemez de pignons de pins, de petites feuilles de basilic et versez la sauce juste avant de servir.
8. Servez cette salade gourmande accompagnée de tranches de pain grillé, de chutneys et/ou de confit d'oignons et de fleur de sel.



Pour bien choisir votre foie gras, consultez ma page "[Bien choisir et conserver ses produits](#)".

Mettez la lame de votre couteau dans de l'eau chaude pour découper facilement votre foie gras.

En plongeant vos haricots verts dans de l'eau glacée, vous stoppez net leur cuisson et préserverez leur belle couleur verte.

Assez facile
30 mn de préparation
20 mn de cuisson
Cher
Sans gluten

Ingrédients pour 6 pers. :

- 200 g de **foie gras** de canard (ou d'oie, selon votre préférence)
- 300 g de **gésiers de canard confits**
- 100 g de **magrets de canard fumés**
- 200 g de **haricots verts** éboutés
- 100 g de **champignons de Paris**
- 1 **citron**
- 50 g de **mâche** rincée et essorée
- 50 g de **pousses d'épinards** rincées et égouttées
- 2 c. à soupe de **pignons**
- Quelques branches de **basilic ciselé**

Pour la vinaigrette :

- 2 c. à soupe de **vinaigre balsamique**
- 6 c. à soupe de **huile d'olive**
- **Sel**
- **Poivre** du moulin

En accompagnement :

- Tranches de **pain grillé**,
- **Chutney** de figue ou de mangue,
- **Confit d'oignons**,
- **Fleur de sel**.



