

Apéritifs

Petites brochettes d'oignons grelots au vin rouge et foie gras

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 4 tranches de foie gras de canard (environ 160 g)
- une vingtaine de petits oignons blancs entiers
- 3 cuillères à soupe de sucre «vergeoise»
- 30 g de beurre doux
- 25 cl de vin rouge
- Poivre 5 baies

Préparation

- Dans une sauteuse, déposez les oignons bien à plat puis versez le sucre et le beurre.
- Couvrez de vin à mi-hauteur et complétez avec de l'eau pour être à hauteur des oignons.
- Poivrez et laissez cuire à feu moyen pendant une vingtaine de minutes en remuant délicatement, jusqu'à évaporation complète du vin et de l'eau. Les oignons doivent être enrobés de vin, brillants et sans coloration.
- Laissez-les refroidir bien à plat au réfrigérateur. Pendant ce temps, découpez les tranches de foie gras en petits morceaux.
- Enfilez les oignons sur des petits pics puis ajoutez un morceau de foie gras et dégustez.

Valeurs nutritionnelles par personne

- **Potassium : 230 mg**



- **Phosphore : 70 mg**



- **Sel : 0.6 g**

