

Foie de bœuf à l'orange

Pour 2 Personne(s)

Temps de préparation : **10 min**

Temps de cuisson : **10 min**

- 2 tranches de foie de bœuf
- 10 g de farine
- 10 g de beurre
- 1 pincée d'origan
- 1 orange épluchée
- 12,5 cl de jus d'orange frais
- 1 cuillerée à soupe de vin blanc
- 1 cuillerée à soupe de sucre
- 2 cuillerées à soupe de crème fraîche
- sel
- poivre du moulin

Passez les tranches de foie de bœuf dans la farine et faites-les saisir 3 minutes de chaque côté dans le beurre.

Parsemez d'origan, salez, poivrez et mettez en attente au chaud.

Détachez les quartiers d'orange, puis réchauffez-les dans la poêle : couvrez-les de jus d'orange et de vin blanc et faites réduire le tout après avoir ajouté le sucre.

Incorporez la crème fraîche à la préparation et répartissez une partie de la sauce sur les assiettes.

Disposez les tranches de foie sur cette sauce et présentez le reste en saucière.