|  |  |
| --- | --- |
|  | **QUASI DE VEAU RÔTI, CONDIMENT TONNATO, LÉGUMES CUITS ET CRUS** |
| **Ingrédients pour 4 personnes**  |  |
| **GRENADIN DE VEAU****-** Grenadin de quasi de veau 4 pièces de 160 grammes-Sauge 8 feuilles- Romarin 1 branche- Ail rose 3 gousses- Huile d’olive 2 cuillères à soupe- Fleur de sel et poivre mignonnette**LÉGUMES CUITS**- Asperge vertes 8 pièces- Asperges blanche 8 pièces- Petits pois 600 g**LÉGUMES CROQUANTS**- Cébettes 8 pièces - Radis Green meat 1 pièces - Asperge vertes 4 pièces- Riquette 50 g- Orange 2 pièces- Citron jaune 1 pièce- Carottes 2 pièces- Huile d’olive, sel et poivre du moulin**CONDIMENT TONNATO**- Thon à l'huile 100 grammes- Filet anchois à l'huile 2 pièces - Câpre 20 grammes- Jaune d’œuf 2 pièces - Huile d'olive 8 cl- Vinaigre de Barolo - Sel fin, poivre du moulin**FINITION**- Feuille de moutarde frisée rouge 40 grammes- Huile d’olive, piment d’Espelette | Préparation et cuisson du veau* Laver et sécher toutes les herbes aromatiques.
* Assaisonner le quasi de veau de sel puis ajouter les herbes aromatiques et l’ail dans un plat multi-usage huilé.
* Enfoncer la thermosonde au centre de la pièce de viande.
* Programmer le four :

1) Température : 100°c / Humidité : 95% / Temps de cuisson : 10 minutes2) Température : 180°c / Humidité : 50% / Temps de cuisson : 20 minutes3) Température : 120°c / Humidité : 30% / Température à cœur : 65°c* Niveaux de cuisson : grille au 2ème en partant du bas et niveau inférieur pour le plat

multi-usages.* Enfourner la viande sur la grille et démarrer la cuisson.
* Une fois cuite, retirer les herbes puis portionnez votre viande.

Préparation et cuisson de la garniture * Nettoyer et sécher les légumes.
* Émincer les cébettes en biseaux de 2 cm.
* Taillez finement le radis et les asperges à la mandoline.
* Eplucher les carottes et les émincer finement en biseaux.
* Laver et essorer la riquette.
* Réunir ce mélange de légumes dans un grand saladier.
* Réaliser une vinaigrette avec sel, poivre, les jus du citron et de l’orange et l’émulsionner avec une quantité égale d’huile d’olive.
* Assaisonner le mélange de légumes de cette vinaigrette 20 minutes avant de servir.
* Epluchez les asperges et les placer dans deux plats de cuisson à fond perforé. Faire d’abord cuire les asperges blanches 2 minutes à 100°C. Au bout des 2 minutes, ajoutez les asperges vertes et cuire pendant 7 minutes l’ensemble.
* Pendant ce temps écossez les petits pois. Les déposer dans un plat de cuisson à fond perforé et les cuire 2 minutes à 100°C.
* Réservez.

Préparation du condiment tonato* Égoutter et éponger le thon, les filets d’anchois et les câpres à l’aide d’un papier absorbant.
* Disposer ces trois éléments dans le bol d’un mixer, ajouter les jaunes d’œufs et mixer cette préparation jusqu’à l’obtention d’une purée lisse.
* Verser ensuite le vinaigre et émulsionner le condiment en rajoutant peu à peu l’huile d’olive.
* Ajouter éventuellement un peu d’eau si la préparation est trop épaisse.
* Rectifier l’assaisonnement en sel et poivre du moulin.
* Réserver au frais.

Finitions et Présentation* Dresser dans le fond de l’assiette une belle cuillère de condiment tonnato et l’étaler irrégulièrement à l’aide du dos d’une cuillère. Disposer harmonieusement le veau et les légumes. Déposer autour les légumes cuits. Terminer en ajoutant, une pincée de piment d’Espelette et un filet d’huile d’olive.
 |