|  |  |
| --- | --- |
|  | **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 minutes  2) Température : 180°c / Humidité : 50% / Temps de cuisson : 20 minutes  3) 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. |