



Foie de veau saisi dans les règles de l'art



La différence est là.

 Durée totale: 15 min

 Temps actif: 15 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

400 g foie de veau suisse, coupé en lanières

50 g beurre

2 oignons, coupés en fines tranches

sel

poivre du moulin

Valeurs nutritives

1 portion (sans röstis ou salade) contient env.:

255 kcal

20 g de protéines

8 g de glucides

16 g de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Traçable de l'assiette à la ferme:

Chaque morceau de viande suisse peut être tracé sans faille jusqu'à la ferme.

Préparation

- 1** Sors le foie de veau du réfrigérateur 30 minutes avant de le préparer.
- 2** Si tu dois cuire de grosses quantités, fais-le toujours par portions. Fais chauffer à feu vif le beurre dans une poêle. Dès qu'il est fondu, ajoute les morceaux de foie et les oignons par-dessus. Ne mélange pas tout de suite!
- 3** Après environ deux minutes, tu peux mélanger et réduire la température à feu moyen. Fais cuire le foie pendant 2 à 3 minutes de plus en mélangeant de temps en temps.



La différence est là.

4

Sale, poivre et sers immédiatement.

Accompagner des röstis ou une salade croquante.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.