Foie de veau saisi dans les règles de l'art

Viande Suisse
Mon choix.

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.

4 Sale, poivre et sers immédiatement.

Accompagner des röstis ou une salade croquante.