

Carpaccio de bouilli à la vinaigrette au thym citron

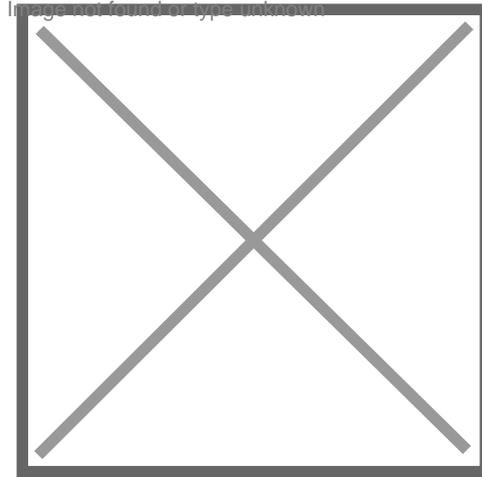


Mon choix.

 Durée totale: 20 min

 Temps actif: 20 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 400 g** bouilli d'épaule de bœuf suisse du jour précédent
- 1** petit oignon rouge
- 1** poivron rouge
- 1** petite courgette
- persil
- ciboulette
- thym citron
- 1 dl** bouillon de veau
- 2 cs** jus de citron
- 4 cs** huile d'olive
- sel
- poivre du moulin

Valeurs nutritives

1 portion (sans pain) contient env.:

- 253** kcal
- 22 g** de protéines
- 5 g** de glucides
- 16 g** de lipides

 Sans gluten

 sans lactose

Une exploitation d'engraissement de bovins compte en moyenne 45 animaux.

En Suisse, la plupart des exploitations sont familiales. Comme celle de la famille Meister de notre portrait.

Préparation

- 1** Peler et hacher très finement l'oignon. Laver et hacher très finement le poivron et la courgette. Hacher finement les herbes, en quantités à bien plaisir. Mettre le tout dans un bol, ajouter le bouillon, le jus de citron et l'huile d'olive, saler et poivrer. Bien mélanger.

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.



Mon choix.

2 Couper le bouilli en très fines tranches (le cas échéant avec une trancheuse), dresser dans un plat, arroser de vinaigrette.

Accompagner de pain grillé.

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.