Carpaccio de bouilli à la vinaigrette au thym citron

Viande Suisse
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 plaire. Mettre le tout dans un bol, ajouter le bouillon, le jus de citron et l'huile d'olive, saler et poivrer. Bien mélanger.

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.