

Côte de veau entière au miel de lavande



Mon choix.

 Durée totale: 1 h

 Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

1 kg côte de veau suisse

500 g séré

sel

poivre noir du moulin

1 cs jus de citron

2 brins basilic, feuilles finement hachées

3 brins romarin

2 tiges poireaux, en morceaux de 12 cm

1 cs miel de lavande

Valeurs nutritives

1 portion (sans les rondelles de pommes de terre grillées) contient env.:

592 kcal

51 g de protéines

12 g de glucides

37 g de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Piquage autorisé

Entailler la côte de veau avec un petit couteau pointu et piquer avec du romarin.

Préparation

- 1** Sortir la côte de veau du frigo 1 heure avant de la préparer. Assaisonner le séré avec du sel, du poivre, le jus de citron et le basilic.
- 2** Assaisonner la viande avec du sel, du poivre et du romarin. Griller env. 25-30 minutes à chaleur moyenne. Retourner souvent. Griller les poireaux env. 6-8 minutes de tous côtés.

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.

- 3 Badigeonner la côte de veau de miel de lavande, caraméliser brièvement, laisser reposer à couvert 5-6 minutes, servir avec le séré.

Accompagner de rondelles de pommes de terre grillées.

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.