Quasi de veau sur lit de sel à la moutarde et chutney d'abricots

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 15 min
Temps actif: 35 min
Moyenne



Ingrédients

Pour 4 personnes

650 g	quasi de veau suisse
300 g	gros sel marin
	poivre noir du moulin
	sel
1 bouquet	estragon
3 cs	moutarde gros grains
500 g	abricots
1	gingembre, d'env. 1 cm
2 cs	eau
0.5 cc	graines de coriandre
1	anis étoilé
2 cs	sucre
1 cc	flocons de piment
2 cs	vinaigre de vin blanc

Valeurs nutritives

1 portion (sans poireau braisé et polenta) contient env.:

281	kcal
39 g	de protéines
20 g	de glucides
5 g	de lipides

Sans gluten
sans lactose

Du lard pour plus de peps

Pour une saveur plus marquée, envelopper le quasi de veau avec du lard après l'avoir badigeonné de moutarde.

Préparation

1 Sortir le quasi de veau du frigo 1 heure avant de le préparer. Répartir le sel marin sur une petite plaque de cuisson, y déposer le quasi et assaisonner généreusement avec du poivre et un peu de sel. Effeuiller les tiges d'estragon, hacher grossièrement les feuilles, les mélanger avec la moutarde et étaler uniformément le tout sur la viande. Réserver.

Viande Suisse

Mon choix.

2 Entailler légèrement les abricots en plusieurs endroits à l'aide d'un couteau aiguisé. Les plonger dans de l'eau bouillante pendant 1 minute, refroidir sous l'eau froide et retirer la peau. Couper les abricots en deux, retirer les noyaux et hacher la chair. Peler le gingembre. Le mélanger avec les abricots, l'eau, la coriandre, l'anis étoilé, le sucre, les flocons de piment et le vinaigre et porter le tout à ébullition. Laisser mijoter pendant environ 15 minutes, en remuant de temps en temps. Réserver.

3 Glisser la plaque de cuisson avec le quasi de veau dans le four préchauffé à 180º C (four à air chaud 160º C) et cuire pendant 40 minutes. Sortir la viande et la laisser reposer 10 minutes à couvert.

4 Couper la viande en fines tranches et servir avec le chutney d'abricots tiède.

Accompagner de poireau braisé et de polenta.