

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



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

- 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. Effeuilier les tiges d'estragon, hacher grossièrement les feuilles, les mélanger avec la moutarde et étaler uniformément le tout sur la viande. Réserver.

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 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 180° C (four à air chaud 160° 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.

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.