



Tranches de bouilli de veau froid, aux câpres et au raifort

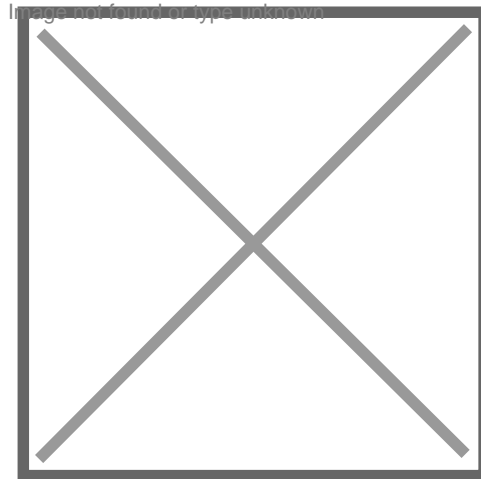


Mon choix.

 Durée totale: 1 h 10 min

 Temps actif: 25 min

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 600 g** bouilli de veau suisse (p. ex. longe)
sel
- 6** grains de poivre
- 1** oignon
- 1** grosse carotte
- 1** citron non traité
- 1 morceau** raifort
- 1 cs** câpres
- 3 cs** huile d'olive
gros sel de mer
poivre du moulin
- 1 cs** cresson
- 7 tranches** pain cuit au feu de bois
beurre

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 550** kcal
- 41 g** de protéines
- 58 g** de glucides
- 15 g** de lipides

 Contient du gluten

 sans lactose

Préparation

- 1** Porter à ébullition env. 1,5 l d'eau. Y plonger le bouilli, le sel, le poivre en grains, l'oignon pelé et la carotte. Faire cuire 45 minutes à feu moyen. Retirer la poêle du feu et laisser la viande refroidir dans le bouillon.

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 Passer le citron sous l'eau chaude, l'essuyer et râper finement la peau sur une râpe de cuisine. Peler le raifort et le râper finement également. Hacher grossièrement les câpres. Mélanger le tout avec l'huile d'olive et quelques gouttes de jus de citron, puis assaisonner avec le gros sel et le poivre. Incorporer enfin le cresson et mélanger.

- 3 Couper le bouilli en tranches fines. Beurrer des tranches de pain, disposer sur chacune des tranches de bouilli, verser la marinade et servir aussitôt.

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.