

FILET DE VEAU AVEC SAUCE AU MIEL ET POIVRE SICHUAN

Filet de veau	4x200g
Fond de veau	3dl
Beurre	20g
Miel (de thym)	3 c.s.
Curry madras	5g
Vinaigre de cidre bio	1 c.c.
Thym	2 branches
Poivre de Sichuan	5g
Fleur de sel	p.m.
Graisse de coco bio	20g
Gousse d'ail	1pce
Echalotes	2pces

Pour 4 personnes

Préparation

- Préparer un fond de veau
- Faire revenir l'ail et les échalotes, mettre les cuillères de miel puis déglacer au vinaigre de cidre, ajouter le fond de veau avec la branche de thym
- Laisser réduire
- Torrifier dans une poêle très chaude le poivre de Sichuan avec du gros sel
- Cuire les tranches de veau assaisonnées au curry, les colorer de chaque côté (cuisson rapide)
- Napper, déglacer la poêle de cette sauce

Suggestion : Servir avec une mousseline de pomme de terre, des pousses d'épinard frites et poivrons rouge au four.