



Facile



1 personne



1h de préparation



5 min de cuisson

Grillade de veau



Suggestions:

Côtes de Blaye

Bordeaux blanc

Ingrédients

100g de Tendron de veau (par personne)
100g d'escalope de veau (par personne)
10cl d'huile d'olive
1 citron vert
1 échalote
Des épices
Fleur de sel, poivre

Préparation

- 1 Enfilez le tendron sur une brochette en bois et l'escalope sur une autre.
- 2 Mélangez ensemble l'échalote finement ciselée, le jus du citron et 5cl d'huile d'olive avec une pincée d'épices.
- 3 Badigeonnez-en les brochettes et laissez macérer au minimum 1 heure.
- 4 Placez ensuite la viande sur le grill (laissez une distance de 10cm avec la braise) ou saisissez dans une poêle.
- 5 Retournez à mi-cuisson et apposez la fleur de sel juste avant de servir.



Astuce de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Cette grillade de veau s'apprécie mieux encore marinée pendant 24 heures et avec une cuisson légèrement rosée à cœur.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : www.traditionsarthoise.fr

Donnez votre avis sur  Tradition Sarthoise