

CROUSTILLANT DE JOUE DE BŒUF CHAROLAIS AU MIEL DU MORVAN

Ingrédients pour 4 personnes :

500 g de joue de bœuf
2 oignons
1 carotte
Thym - Laurier
2 cuillers à soupe de miel
4 feuilles de brick

Pour la sauce :

1 échalote hachée
1 cuiller à soupe de miel
½ litre de fond de veau

Préparation :

Faire blanchir la viande, puis la mettre en cuisson pendant 1h30 avec la garniture aromatique. Quand elle est bien cuite, fondre du miel dans une casserole et ajouter la viande pour la faire confire.

Beurrer 4 feuilles de brick – mettre la viande au centre – plier de chaque côté et les faire colorer dans une poêle.

Sauce : faire suer l'échalote – ajouter le miel ainsi que le fond de veau – laisser réduire – passer au mixeur.

Dressage : poser le croustillant au centre de l'assiette avec un cordon de sauce.

Coût : 5 €

Vin conseillé : Coteaux du Giennois Rouge

*Source : Toques Nivernaises
Président 03.86.84.20.55 ou Animation 03.86.60.61.42
Page extraite du site www.nievre-tourisme.com*

