

« Filet de veau marbré à la mozzarella bufala , basilic et tomates séchées et son coulis de poivron »

pour deux personnes:

*3 tomates
basilic 2 bottes
mozzarella de bufflonne 1 boule
pignon de pin 100 g
artichaut poivrade 6 pièces
mini fenouil 4 pièces
minis carottes 4 pièces
tomate cerise 4 pièces
poivron jaune 3
sel,poivre,huile d'olive,sucre
Noilly Prat
600 g tête de filet de veau*

Monder les tomates, les couper en quatre, enlever les pépins, les mettre sur une plaque à pâtisserie sur un papier sulfurisé, les assaisonner de sel, de poivre, de sucre et d'huile d'olive et les faire sécher dans un four à 90° pendant 2h puis les retourner et les faire de nouveau sécher 2h.

Tourner les artichauts et les cuire dans de l'eau bouillante citronnée.
Cuire les minis légumes .

Pour le pistou, faite blanchir le basilic puis une fois refroidi, le hacher avec des pignons de pin, sel et poivre.

Pour le coulis de poivrons: couper les poivrons en dés, ciselez l'échalote. Faite revenir échalote et poivrons dans un peu de beurre et déglacer au Noilly Prat , recouvrir d'eau et faire cuire avec un couvercle . Puis une fois les poivrons cuits, mixer passer au chinois et assaisonner.

Une fois les tomates séchées, on peut préparer le veau. Dégraisser et paré le veau .Couper le veau en 3 tranches dans la longueur puis intercaler viande (assaisonner sel poivre) mozzarella, viande pistou et tomates séchées et terminer par la dernière tranche de viande et ficeler le tout.

Couper la viande ficelée en deux

Poêler la viande à l'huile d'olive sur les quatre faces pour bien la colorer et la terminer au four à 200 ° 10 /12 minutes pour l'avoir a point. Dans une poêle faites revenir les artichauts poivrade, les tomates cerises les mini fenouil et les mini carottes avec un peu d'huile d'olive et terminer avec une noix de beurre.

Recette proposée par :

Michael SIMON
L' Arsenal
24 Place de l' Arsenal
54000 Nancy
03 83 32 11 01