

Steaks de veau sauce aux bolets

Avant de commencer: préchauffer le four à 60°C, y glisser plat et assiettes.

4 steaks de veau d'env. 150 g, filet, p. ex.

sortir du réfrigérateur env. 30 min avant de l'apprêter. Entailler la couche grasseuse à plusieurs endroits

beurre à rôtir

chauffer dans une poêle. Dorer les steaks 1 min de chaque côté, réduire la chaleur, rôtir encore env. 2½ min de chaque côté, retirer. Temps de cuisson total: env. 7 min

½ c. à café **de sel**

un peu **de poivre du moulin**

¼ de c. à café **de paprika**

mélanger le tout, condimenter les steaks, réserver au chaud. Dégraisser le fond avec du papier absorbant, ajouter évent. un peu de beurre à rôtir

Test de cuisson: la viande est cuite dès l'apparition de gouttelettes roses à sa surface.

Sauce

1 petit **oignon**, finement haché

1 petite **gousse d'ail**, hachée

150 g **de bolets**, en lamelles

1 dl **de madère** ou de vin rouge

2 dl **de fond de veau tout prêt** ou de bouillon de viande

selon goût **sel et poivre**

½ botte **de ciboulette**, ciselée

faire revenir dans la même poêle

ajouter, étuver

ajouter, réduire un peu

ajouter, réduire de moitié

assaisonner, répartir la sauce sur les assiettes chaudes, dresser la viande dessus

éparpiller

Suggestion

Remplacer les bolets frais par 30 g de bolets séchés, trempés, égouttés.

Se marie avec: le risotto au vin rouge et le rösti.

Préparer de même: des steaks de porc.

Cuisson à basse température: sortir la viande du réfrigérateur env. 30 min avant de l'apprêter. Préchauffer le four à 80°C, y glisser plat et assiettes. Dorer la viande env. 2 min de chaque côté, condimenter, dresser sur le plat. Cuisson: env. 40 min dans le four préchauffé. Les steaks peuvent être tenus au chaud jusqu'à 30 min à 60°C.

