

Signé : Bernard Ravet

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2011)**

Heft 21

PDF erstellt am: **16.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

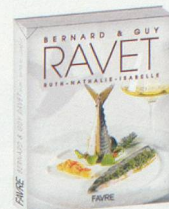
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



P.-M. Delessert

Le Club
Plus



Ce livre vous fait envie? Profitez de notre offre, un exemplaire dédié, en page 77.

Filet de selle de renne de Suède

Choucroute aux épines vinettes et topinambours

Ingrédients

Pour le renne
400 g filet de renne
2 cl huile
20 g beurre
100 g mirepoix
20 cl vin rouge corsé
20 cl jus de veau
5 cl huile de colza
Pour la choucroute
250 g choucroute cuite
1 pomme de terre de 100 g
5 cl vin blanc
10 cl bouillon de légumes
20 g épines vinettes déshydratées
4 topinambours

Préparation des topinambours

Laver, éplucher et tailler dans chacun 3 olivettes, cuire à l'anglaise, rafraîchir et réserver.

Préparation du renne

Bien parer le filet de renne, en ôtant les peaux et les parties grasses. Rôtir à l'huile les parures en laissant colorer, ajouter la mirepoix, rissoler encore 1 minute en remuant, enlever l'excédent de graisse, ajouter le vin rouge et le jus et cuire doucement 30 minutes. Filtrer et réserver: il vous en faut 4 cl, sinon réduire encore.

Préparation de la choucroute

Bien égoutter. Eplucher la pomme de terre, la râper finement, ajouter le vin blanc, bien délayer. Chauffer la choucroute avec le bouillon, ajouter

la pomme de terre et cuire tout doucement 10 minutes à couvert, en remuant pour que cela n'attache pas au fond, assaisonner. Ajouter les épines vinettes, réserver.

Cuisson et finition

Assaisonner le renne et saisir à l'huile dans une poêle environ 6 minutes, en retournant et arrosant la viande. A la fin, enlever l'huile et, hors du feu, ajouter le beurre, laisser reposer 5 minutes. Retirer la viande, ajouter le jus réduit dans la poêle, bien remuer, filtrer et assaisonner.

Glacer les topinambours, réchauffer la choucroute. Découper la viande en 8 parts. Dans chaque assiette, mettre 1 cercle, y presser la choucroute, faire un trou au centre pour y mettre le jus et disposer viande et topinambours.