

## NUGGETS DE BOEUF POUR LES GONES



Tablier de sapeur de Joël Salzi  
Patron du bouchon lyonnais. **Les fines gueules.**

Ingrédient: pour 2 personnes

2 bonnets blanchis (à commander chez le boucher ou tripier)  
3 oeufs battus bien assaisonnés  
150 gr de farine  
250 gr de chapelure  
sel et poivre

sauce gribiche ;

monter une mayonnaise  
sel, poivre  
1 cuillère de moutarde  
1 jaune d'oeuf  
0,4l. d'huile de tournesol



Ajouter une fois la mayonnaise montée:

1/2 bouquet de persil (haché)  
1/2 botte de ciboulette (cisé)  
Estragon, Cerfeuil...selon préférence  
une cuillère de câpres hachées  
une cuillère de cornichons hachées  
un petit oignon rouge finement cisé  
une cuillère de vinaigre de xérès (à la fin)

recette:

Paner les morceaux de bonnet préalablement taillés dans la formes souhaitées  
ou à défaut en grand carrés:

Les passer successivement dans la farine (en enlevant l'excédent de farine)  
puis les tremper dans les oeufs et finir par paner dans la chapelure  
en appuyant légèrement sur les pièces à paner pour avoir une belle croûte de chapelure  
Faire cuire les pièces panées au beurre bien chaud moussant  
dans une poêle, ou à défaut dans une friteuse à 180°C.

*Source : Article du progres propos recueillis par Céline Bonneaud.*



**Bon Appétit**