

RECETTE CUISINE des GONES

TÉTINE DE VACHE EN SALADE

Ingrédients pour 4 personnes

2 à 3 tranches de (pis de vache ou mamelles) de 1 cm d'épaisseur précuit
40 gr de beurre
vinaigre de framboise

Pour la salade

350 gr de mâche ou de roquette
huile d'olive
moutarde
vinaigre de vin
sel, poivre

Recette :

Faire revenir avec un peu de beurre et faire cuire 3 à 4mn les mamelles à cœur, leurs 2 faces, en les retournant. ,saler,poivrer.

Sortir les tranches et déglacer la poêle avec un vinaigre de framboise.

Remettre les 2 tétines.

réserver

Préparer une vinaigrette pour la salade.

Couper les mamelles croustillante en petits cubes

étaler les petit cubes sur le lit de salade et servir

Une saveur qui rappelle pour les uns la douceur du ris de veau avec un léger ton de noisette.

Bon Appétit

