

RECETTE DE CUISINE DES GONES

GRILLADE DE VIANDE CHEVALINE AUX OIGNONS

FRITS ET BEURRE NOIR AUX CAPRES



Ingédients : Pour 4 personnes

Temps de préparation 15 minutes

Temps de cuisson 10 minutes

Ingrédients

2 tranches épaisses (350 g chacune) de faux-filet de viande chevaline,

3 gros oignons

60 g de beurre

40 g de câpres

2 cuillères à soupe de farine

10 cl de vin blanc

1 L d'huile de tournesol

Sel et poivre du moulin

Recette:

Mélangez la farine et le vin blanc dans un saladier pour obtenir une pâte à friture identique à celle réalisée à la fin du XIXe siècle.

Épluchez et coupez les oignons en rondelles.

Trempez-les dans la pâte, puis faites-les frire une trentaine de secondes dans un bain d'huile bien chaud.

Égouttez-les sur un papier absorbant et réservez-les.

Dans une casserole, faites fondre le beurre pour qu'il devienne noisette, ajoutez-y les câpres égouttés.

Dans une poêle ou sur le gril, faites revenir les faux-filets

2 à 4 minutes de chaque côté selon l'épaisseur et la cuisson souhaitée.

Assaisonnez de sel et de poivre.

Tranchez les tranches de faux-filet en 2, puis servez-les avec les oignons frits et le beurre aux câpres.

Source: <https://www.la-viande.fr>

Bon Appétit