

RECETTE CUISINE des GONES

**GRILLADE DE VIANDE CHEVALINE AUX OIGNONS FRITS
ET BEURRE NOIR AUX CÂPRES**

4 personnes :

Ingrédients :

- 2 tranches épaisses (350 gr chacune) de faux-filet de viande chevaline
- 3 gros oignons
- 60 gr de beurre
- 40 gr 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.
- Epluchez 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.
- Egouttez-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 grill, faites revenir les faux-filets 2 à 4 min 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.

- recette site CIV centre d'information des viandes

Bon Appétit