

RECETTE CUISINE des GONES

LE TABLIER DE SAPEUR SAUCE GRIBICHE

de Muriel Ferrari

Ingrédients pour 6 personnes :

6 tabliers de sapeur (gras double de bovin) taillés dans le bonnet ;

1 bouteille de vin blanc sec ;

1 pot de moutarde ;

100 g de beurre ;

4 jaunes d'oeufs ; panure ;

1 kg de pommes de terre.

Pour la sauce gribiche :

2 jaunes d'oeufs ;

moutarde ;

huile de tournesol ;

1 oignon ;

6 cornichons ;

2 cuillères à soupe de câpres ;

persil haché ;

sel, poivre.

recette :

Faites macérer les tabliers deux jours dans le vin blanc et la moutarde.

Au bout de ce temps, égouttez-les, passez dans le jaune d'oeuf et la panure et faites revenir au beurre chaud dans une poêle.

Lorsqu'ils sont dorés d'un côté, retournez et faites-les revenir à petit feu de l'autre côté.

Retournez plusieurs fois.

Cuisson : 15 minutes maximum.

Pour la sauce gribiche :

préparez une mayonnaise,

ajoutez-y l'oignon, les cornichons, le persil haché et les câpres, mélangez et assaisonnez à votre convenance.

Servez bien chaud avec les pommes de terre et la sauce.



Bon Appétit