



ROGNON DE BOEUF PERSILLADE



ingrédient : pour 4 personnes

1 rognon de bœuf (800 g à 1 kg)
1 cuillerée à soupe d'huile,
1 gousse d'ail,
6 branches de persil plat,
sel, Moulin à poivre

Recette :

Parer et dégraisser les rognons.
Couper des lamelles d'1 cm de côté.
Peler et hacher l'ail avec le persil.
Dès que le plat est chaud, y verser l'huile
faire revenir les tranches de rognons durant environ 4 à 5 minutes de chaque côté.
Saler et poivrer, ajouter la persillade, mélanger.
Servir aussitôt.
Accompagner d'une Salade et de frites.



Bon Appétit