



Veau

Grenadins de veau aux morilles



1h45 **15 min** **30 min** **1h** **512**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Réhydratation des morilles

- 1 Porter une petite casserole d'eau à ébullition.
- 2 Mettre les morilles dans un bol, verser l'eau bouillante dessus.
- 3 Laisser reposer pendant une heure à température ambiante.

Étape 2

Préparation de la sauce aux morilles

- 1 Filtrer l'eau de réhydratation des morilles à l'aide d'une passette.
- 2 La verser dans une casserole. Porter à ébullition, puis laisser réduire jusqu'à obtention de 4 cuillères à soupe de liquide.
- 3 Eplucher les échalotes, les fendre en 2 ou en 4 selon leur grosseur.
- 4 Faire fondre le beurre dans une casserole.
- 5 Faire revenir les échalotes pendant 3 minutes sans coloration.
- 6 Laver minutieusement les morilles sous un filet d'eau froide.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les grenadins poêlés

4 **Grenadin(s) de veau**
2 c. à soupe **Huile de
pépins de raisins**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour la sauce aux morilles

25 g **Morilles séchées**
2 **Echalote(s)**
20 g **Beurre**
30 cl **Crème liquide
(fleurette)**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 c. à soupe **Persil plat**

- 7** Les ajouter aux échalotes, cuire sur feu doux pendant 5 minutes.
- 8** Ajouter aux morilles l'eau parfumée et la crème.
- 9** Porter à ébullition, laisser cuire pendant encore 3 minutes.
- 10** Saler et poivrer.

Étape 3

Cuisson des grenadins de veau

- 1** Faire chauffer l'huile dans la poêle sur feu moyen.
- 2** Déposer les grenadins.
- 3** Les cuire pendant 5 minutes par face.
- 4** Laisser reposer la viande à couvert, hors du feu, pendant 5 minutes pour que la chaleur se diffuse de façon homogène dans les morceaux et que les fibres se détendent.

Étape 4

Dressage

- 1** Servir les grenadins nappés de sauce aux morilles.
- 2** Saupoudrer de quelques pluches de persil.