

*Veau*

# Brochettes de rognons, lard fumé et polenta


**1h10 30 min 10 min 30 min 520**
**TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES**

## Étape 1

### Préparation de la polenta

- 1 Verser le bouillon de volaille dans une casserole et porter à ébullition.
- 2 Ecraser une gousse d'ail avec le plat de la main puis l'éplucher et enlever le germe. L'ajouter au bouillon et laisser bouillir pendant quelques minutes.
- 3 Retirer ensuite la gousse d'ail puis verser la polenta en pluie en remuant sans cesse à l'aide d'un fouet. Mélanger jusqu'à ce qu'elle s'assèche.
- 4 Recouvrir le fond et les bords d'un moule avec du film alimentaire. Débarrasser la polenta dans le moule, la tasser à l'aide d'une maryse. Réserver au réfrigérateur pendant 30 minutes.

## Étape 2

### Montage des brochettes

- 1 Sortir la polenta du réfrigérateur, la démouler en retournant le moule sur une planche à découper. Retirer le film alimentaire.
- 2 Tailler des bandes puis des gros cubes à l'aide d'un

 Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour les brochettes

400 g **Rognon(s) de veau**  
200 g **Poitrine de porc fumée**  
8 **Tomate(s) cerise**  
1 **Sel**

### Ingrédients pour la polenta

50 cl **Bouillon de volaille**  
125 g **Polenta**  
1 **Gousse(s) d'ail**

### Ingrédients pour le dressage

100 g **Mâche**  
1 c. à soupe **Vinaigre balsamique**  
3 c. à soupe **Huile d'olive**

couteau éminceur.

- 3** Retirer la couenne de la poitrine de porc et les cartilages à l'aide d'un couteau d'office. Tailler des carrés de la même taille que la polenta, réserver sur une assiette.
- 4** Détacher la graisse des rognons à l'aide de la pointe du couteau d'office. Détailler les rognons suivant la taille de la polenta.
- 5** Planter un carré de polenta, la poitrine de porc puis un rognon sur un pic à brochette.
- 6** Piquer un nouveau carré de poitrine puis terminer par une tomate cerise. Recommencer l'opération autant que nécessaire.

### **Étape 3**

#### Cuisson des brochettes

- 1** Faire chauffer une poêle sur feu vif avec un filet d'huile d'olive.
- 2** Lorsque l'huile est chaude, déposer les brochettes dans la poêle, les faire dorer de tous les côtés en les retournant.
- 3** Les débarrasser sur une assiette lorsqu'elles sont bien dorées.

### **Étape 4**

#### Dressage

- 1** Disposer les brochettes dans une assiette et accompagner de salade.
- 2** Assaisonner de vinaigre balsamique, d'huile d'olive et servir aussitôt.