

ONGLET DE VEAU AU POIVRE, FRITES DE POLENTA,

Pour 8 personnes

Fait par : Aleksandr AUBRY, Paul BEAUVIR,
Léna GERAN, Gabriel CHESSON

Le : 17/11/2018



1. ONGLET DE VEAU

4 onglets épais (300 /400 g pièce)
10 cl d'huile d'olive
20 gr de beurre
10 cl de cognac
Sel fin
poivre de mignonnette

Assaisonner les onglets puis les sauter dans une poêle avec une matière grasse chaude. Flamber au cognac. Débarrasser sur grille les onglets, maintenir au chaud.

2. SAUCE AU POIVRE

5 cl de vin blanc
25 cl de fond de veau lié
10 cl de crème épaisse.
10 gr de beurre doux

Déglacer la poêle avec le vin blanc, bien décoller les sucs et faire réduire de moitié. Ajouter le fond de veau, porter à ébullition et faire réduire de moitié, crémier. Monter au beurre. Remettre les steaks dans la sauce et servir

3. FRITES DE POLENTA

250 g de polenta
1 litre de lait
Sel fin, poivre blanc
Noix de muscade
100 g de beurre
10 cl d'huile d'olive

Chauffer le lait ou l'eau avec les assaisonnements. Verser la polenta en pluie. Cuire énergiquement avec une spatule pendant 5 minutes puis la débarrasser dans une plaque gastro filmé au contact, placer en cellule et tailler des frites de 1 x 1 x 6 cm une fois refroidies.

Clarifier le beurre

Sauter et colorer les frites de polenta. Bien les nourrir

4. TUILE DE PARMESAN CHATAIGNES

100 gr de parmesan entier
100 gr de brisures de châtaignes

Râpé le parmesan, disposer en petit palets sur silpat. Poser quelques brisures de châtaignes. Cuire à 170° quelques minutes. Décoller après cuisson. Réserver.

5. DRESSAGE

Déposer dans l'assiette l'onglet, placer à côté harmonieusement les frites de polenta, Réaliser une petite quenelle de chutney Poser pour terminer les petites tuiles de parmesan

***Proposition accords mets et vins avec la
carte De La Table d'Albert***

*VDF (Minervois) "Inattendu" Domaine
Monts et Merveilles
ou
AOC Coteaux d'Aix en Provence
Domaine des Béates*