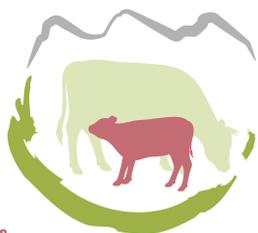


Tendron de veau aux échalotes, pois gourmands et lard



le
veau rosé
DES MONTAGNES DE LA DRÔME



Nos idées recettes

Autrice : **Nina, consommatrice convaincue**

Niveau de difficulté :



Catégorie : **plat**

Saison :



Convives : **4 personnes**

Préparation : **20 min**

Cuisson : **1h**



Mon panier

4 tranches de tendron de veau
de 1,5 cm d'épaisseur

150 g de lard fumé

1 kg de pois gourmands

4 grosses échalotes

25 cL de fond de veau

50 cL de vin rouge

1 c. à c. de sucre

40 g de beurre

2 c. à s. d'huile d'olives

Sel, poivre

Tendron de veau aux échalotes, pois gourmands et lard



A vos fourneaux

1. Pelez et hachez les échalotes. Faites saisir les tranches de tendron 3 min sur feu vif, de chaque côté, dans une cocotte avec 20 g de beurre.
2. Retirez les tranches de tendron de la cocotte, déposez-les sur une assiette. Mettez les échalotes à leur place, laissez-les fondre 3 min sans coloration.
3. Versez le vin rouge dans la cocotte, ajoutez le sucre, du sel et du poivre, faites bouillir 2 min puis ajoutez le fond de veau. Remettez les tranches de tendron de veau dans la sauce, couvrez la cocotte et laissez mijoter pendant 45 min, sur feu moyen.
4. Préparez les pois gourmands. Cassez le bout et tirez délicatement pour retirer le fil, puis faites de même de l'autre côté. Faites-les cuire 2 à 3 min dans une casserole d'eau bouillante salée : ils doivent rester croquants. Égouttez-les et rafaichissez-les sous l'eau froide.
5. Retirez le couvercle de la cocotte, laissez cuire encore 10 min si la sauce vous semble trop liquide.
6. Faites fondre le reste du beurre dans une poêle. Faites revenir les pois gourmands avec le lard fumé détaillé.
7. Servez le tendron avec la sauce et les pois gourmands au lard.



Le conseil de Nina :

Ce plat est également délicieux avec des asperges, en mixant les asperges et les pois gourmands.

