



INGRÉDIENTS

Pour 2 personnes (entrée)

- 1 carotte
- 1 céleri
- 1 poireau
- 1 oignon
- 2 feuilles de laurier
- 3 clous de girofle
- Une tombée de lait
- 300 gr Ris de veau
- Un peu de farine
- Beurre ou graisse végétale
- 1 botte d'asperges
- 1 poignée de salade de mesclun

vinaigrette de grenade :

- 1 grenade
- 1.5 dl d'eau
- 80 gr de sucre
- 1.5 dl de vinaigre blanc
- Une tombée de vinaigre balsamique
- 5 cl d'huile de colza ou de tournesol
- 1 cs de vin blanc
- Sel
- Poivre
- 10 gr de moutarde de Dijon

SALADE PRINTANIÈRE, RIS DE VEAU, ASPERGES SAUVAGES ET GRENADE

avec le chef Fabien Mérillat

PRÉPARATION

- 01.** Préparer un court-bouillon avec la carotte, le céleri, le poireau, l'oignon, les feuilles de laurier, les clous de girofle et le lait.
- 02.** Dégorger les ris de veau et les pocher environ 1/2 heure dans le court-bouillon puis, les laisser refroidir dedans.
- 03.** Les sécher, enlever la petite peau et les découper en escalopes d'un peu moins d'un centimètre d'épaisseur.
- 04.** Enlever environ 1 centimètre du fond des asperges. Saisir les asperges à l'huile d'olive, saler et poivrer. Rajouter de l'eau et laisser cuire jusqu'à évaporation. Réserver.

Vinaigrette de grenade :

- 01.** Bien rouler la grenade en appuyant dessus. La couper en deux et prélever les graines.
- 02.** Mélanger l'eau et le sucre dans une casserole, y plonger les graines et les cuire 5 minutes. En réserver la moitié pour le dressage et cuire les graines restantes 10 minutes supplémentaires puis les égoutter.
- 03.** Mélanger les graines égouttées avec le vin blanc, le vinaigre balsamique, la moutarde et l'huile. Mixer et ajouter le sel et le poivre. Passer la vinaigrette.
- 04.** Juste avant le dressage fariner légèrement les escalopes de ris de veau et les poêler au beurre ou à la graisse végétale.



recette de l'émission du
05.05.2023



DRESSAGE

- 01.** Disposer quelques feuilles de salade de mesclun, ajouter les asperges, semer quelques graines de grenade sur le pourtour de l'assiette.
- 02.** Ajouter les escalopes de ris de veau, déposer 2 pointes d'asperges pour la décoration et condimenter de vinaigrette à la grenade.

