

● Nos suggestions

La recette plaisir



BAVETTE A L'ECHALOTTE

Ingrédients

1 bavette de 1,4 kg,
2 gros oignons,
3 petits oignons nouveaux,
3 échalotes,
3 c à soupe d'huile,
1 noix de beurre,
1 verre de vin blanc sec,
sel, poivre, gros sel.



4 pers.



25 min



5 min



Economique

PREPARATION

Préchauffer le four th 7 (200°C).

Emincer oignons et échalotes. Faire chauffer dans une cocotte assez longue 2 c à soupe d'huile. Lorsqu'elle est bien chaude y ajouter la bavette. La faire revenir de chaque côté afin qu'elle soit bien dorée juste pendant 2 mn. Ne pas lui laisser le temps de cuire. Saupoudrer de gros sel.

La déposer ensuite dans un plat et mettre la préparation au four th 7 durant 5 à 8 mn. Lorsqu'elle est cuite, la sortir et la réserver dans un plat chaud recouvert d'un couvercle.

Jeter la graisse de cuisson de la bavette, mais ne pas rincer le plat.

Dans une poêle, faire fondre, une noix de beurre avec un peu d'huile à feu moyen et faire dorer les oignons et les échalotes pendant 5 mn. Ajouter le vin blanc sec, porter à ébullition pendant 10 mn pour le faire réduire, ajouter un peu de beurre et battre vivement au fouet.

La sauce doit être onctueuse, lisse et suffisamment épaisse. Assaisonner. Napper la viande de la sauce. Disposer les oignons et les échalotes, mis de, côté tout autour.

Bon Appétit !

Vivaviande, la signature de votre éleveur

www.vivaviande.com

Vivaviande consommateurs,
5 Bd Vincent GACHE
44200 NANTES
contact@vivaviande.com

>> Informations et réservations
ALLO **éleveur vivaviande !**
(du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00)

N°Azur 0 810 810 726
par un appel local

La signature pour le goût et l'authenticité