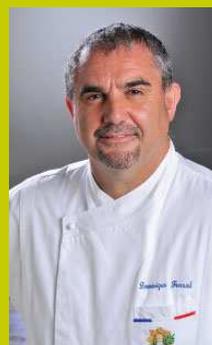


Et si on dégustait un... Filet mignon de veau au jus miellé de sarriette

Par Dominique Frérard,
Chef au restaurant Les Trois Forts
Sofitel Marseille Vieux Port
<http://www.lestroisforts.fr/>



Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 parure de veau
- 2 belles échalotes
- Vin blanc
- 5 cl de sirop de sarriette fraîche Eloïde
- 2 brins de sarriette fraîche
- 2 cuillers à soupe de miel
- Carottes, oignons, fenouil, ail et céleri pour une garniture aromatique
- Sel, beurre, poivre, eau.

Déposer la parure de veau dans une casserole avec les échalotes coupées en lamelles et faire revenir avec deux cuillerées à soupe de beurre. Laisser revenir sans que les échalotes soient colorées.

Ajouter la garniture aromatique. Déglacer au vin blanc et réduire à sec.

Mouiller à hauteur avec de l'eau. Saler, poivrer. Ajouter 2 cuillerées à soupe de miel et une branche de sarriette fraîche.

Laisser réduire à feu doux.

Retirer du feu. Réserver la viande. Chinoiser le jus et le verser dans la casserole. Ajouter dedans le sirop de sarriette fraîche en vannant.

Dresser en versant le jus sur le filet mignon sans oublier une miette de poivre et un brin de sarriette fraîche !

Bon, appétit !