

Sauté de Veau au citron et au Cumin

Pour 6 pers :

Marinade 12h, Préparation 30mn, Cuisson 30mn

Ingrédients : 1,2 kg de carré de veau dégraissé (variante excellente avec Veau+ blancs de poulet), 2 cuil soupe d'huile, 30 gr beurre, 1 sachet de soupe à l'oignon déshydraté, sel, poivre baies roses.

Pour la Marinade : 1 gousse d'Ail, 5 brins de persil, Quelques feuilles de basilic, 2 cuil à Kfé de cumin en poudre, 1 citron vert, 1 jaune, 1 orange.

Préparer la veille la marinade, découper la viande en cube en y ajoutant les jus de citrons et orange et 2 cuil Soupe huile d'olive + ail, cumin, basilic et persil. Faire mariner au frigo la Nuit

Le jour meme, mettre la viande à revenir dans poêlon avec huile et beurre et faire revenir.

Rajouter le jus de la marinade en filtrant et faire mijoter 10Mn. Délayer le sachet de soupe à l'oignon dans de l'eau bouillante et le mettre dans le poêlon couvrez et laisser mijoter 20mn à feu doux.

Servir très chaud avec quelques quartiers de citron et qq baies rouges et persil en déco.

Servir avec Riz ou pâtes fraîches.