



Ris de veau aux asperges rôties - salade de fenouil et truite fumée

Ris de veau aux asperges rôties (pour 4 personnes)

- 2 noix de ris de veau bien nettoyées
- 12 asperges de Malines
- 100g de beurre salé
- Farine-blanc d'œuf-chapelure (panure anglaise)
- Sel et poivre du moulin

Mousseline

- 300g de beurre clarifié
- 2 jaunes d'œufs
- Sel et poivre moulu
- Muscade

1/ Préchauffez votre four à 180°.

2/ Pochez les noix de ris de veau dans une eau salée légèrement vinaigrée.

3/ Pendant ce temps, dans un plat à four, faites fondre du beurre salé. Lorsqu'il est mousseux, posez les asperges et laissez-les revenir sans colorer. Après 3 à 4', enfournez et faites-les cuire « al dente » en veillant à les arroser de beurre régulièrement.

4/ Rafraîchissez les noix de ris de veau, taillez-les en escalope, puis panez-les à l'anglaise. Faites-les dorer dans un beurre mousseux.

5/ Faites une mousseline : dans un récipient placé au bain-marie, fouettez les jaunes d'œufs avec un peu d'eau jusqu'à ce que le mélange mousse un peu. Ajoutez le sel et mélangez. Retirez la casserole du feu et incorporez le beurre fondu tout en fouettant. Ajoutez le poivre et la noix de muscade.

6/ Lorsque les ris de veau sont cuits, dressez sur assiette avec les asperges et servez accompagné de la mousseline.



Salade de fenouil et truite fumée (pour 4 personnes)

- 2 fenouils
- 4 filets de truite fumée
- Un pamplemousse rose
- Une vingtaine de raisins secs
- De l'huile d'olive
- Du sel et poivre du moulin
- Huile de foie de morue
- Sel et poivre du moulin

1/Munissez-vous d'une mandoline et tranchez le fenouil

2/Dans un saladier, déposez-y le fenouil haché et les petits raisins

3/Épluchez le pamplemousse rose au-dessus du saladier pour récolter le jus en même temps, et puis découpez les quartiers de pamplemousse que vous allez mélanger avec les ingrédients déjà présents

4/Vous versez un peu d'huile d'olive et vous assaisonnez avec du sel et poivre

5/ Dressez la salade avec le filet de truite. Si vous le désirez, vous pouvez utiliser le foie de morue sur le bord de l'assiette pour décorer...

REGARDEZ LES PREPARATIONS EN VIDEO :

http://www.rtb.be/tv/emission/detail_un-gars-un-chef/actualites/article_ris-de-veau-aux-asperges-roties-salade-de-fenouil-et-truite-fumee?id=9280232&emissionId=5931