



Bison à la ficelle et jeunes légumes

Ingrédients pour 4 personnes

- 1 kg de bison à rôtir ficelé (demandez à votre boucher)
- 2 litres de bouillon de légumes bien corsé (qu'on peut obtenir avec deux cubes de bouillons dilués dans 2 l d'eau)
- 300 gr de carottes
- 2 poireaux
- 6 pommes de terre roseval
- 16 oignons grelots
- 4 navets

Accompagnements

- Des cornichons au vinaigre
- Des oignons au vinaigre
- De la moutarde normale et à l'ancienne
- Du beurre

Préparation

1. Si vos légumes (carottes, navets, poireaux et pommes de terre) ne sont pas « mini », épluchez-les et débitez-les en morceaux de +/- 2 cm. Plongez les carottes, les navets et les pdt dans le bouillon, laissez cuire 5 minutes. Ajoutez les poireaux et laissez cuire 5 minutes après la reprise de l'ébullition. Vérifiez l'assaisonnement ;
2. Une fois croquants, retirez-les et réservez-les ;
3. Attachez les ficelles qui entourent le bison autour d'une cuillère en

bois ;

4. Réchauffez le bouillon jusqu'à ébullition. Rectifiez l'assaisonnement ;
5. Salez la viande et plongez-la dans le bouillon en calant la cuillère à cheval sur la casserole. Vérifiez bien que la viande ne touche pas le fond. Le bouillon doit être en pleine ébullition pour que la viande soit saisie. Après 5 à 6', sortez la viande, coupez la ficelle et coupez le bison en tranches. Réservez ;
6. Versez le bouillon sur les légumes et portez à ébullition pour les réchauffer.

Le dressage

1. Déposez les tronçons de poireaux et les tranches de viande sur assiette ;
2. Ajoutez les légumes variés et des oignons fanes pochés minute dans le bouillon ;
3. Parsemez de persil et versez du bouillon sur le tout et ajoutez une noix de beurre ;
4. Décorez le bord de l'assiette avec les accompagnements moutarde, oignons et cornichons au vinaigre ou servez-les à part dans des bols.

Bon appétit