Mmmmh!

Filet de veau tiède, condiment tonnato, écrasée de pommes de terre au citron vert et tombée d’épinards

Ingrédients

1 kg g de filet mignon de veau
25 cl vin blanc sec
60 g d'anchois à l'huile
25 g de câpres au vinaigre
Vinaigre de trempage des câpres
3 oeufs
175 g boîte de thon à l'huile d'olive
2 dl d'huile d'olive
2 dl d'huile de tournesol
1 botte de persil
1 bouquet de ciboulette
1,5 kg de pommes de terre bintje
5 citrons vert
500 g de jeunes pousses d'épinards
3 bâtons de citronnelle
Poivre noir du moulin
Sel

Personnes: 10

Temps de cuisson: 60

Temps de préparation: 30

Matériel spécifique

Blender
Presse purée

Instructions

Préchauffer le four à 120°C.

Effeuiller le persil plat. Hacher la ciboulette et réserver les pointes pour le dressage. Prélever les zestes des citrons verts puis en extraire le jus.

Cuire les pommes de terre avec la peau. Une fois cuites, peler les pommes de terre, les écraser et ajouter l'huile d'olive, le jus des citrons vert, les zestes, la ciboulette hachée, puis saler et poivrer.

Couper le filet de veau en médaillons et les masser avec du sel, du poivre et de l'huile d'olive. Dans

une poêle bien chaude et un voile d'huile d'olive, faire dorer de toutes parts les médaillons. Enfourner pendant 6 minutes au four. Déglacer la poêle au vin blanc et filtrer le jus obtenu. Réserver.

Entre temps, préparer une mayonnaise : commencer par séparer les blancs et les jaunes. Dans un bol en métal, déposer les jaunes, saler et poivrer. Avec un fouet métallique, effectuer un mouvement circulaire et faire couler l'huile en filet sur le bord du bol. Petit à petit la mayonnaise va prendre... Commencer par incorporer l'huile de tournesol, puis l'huile d'olive.

Une fois la mayonnaise prête, passé au blender les anchois, les câpres et le thon à l'huile. Ajouter la mayonnaise, bien mixer le tout et corriger le goût avec quelques gouttes de vinaigre ; ajouter du sel et du poivre si nécessaire. Si la sauce, qui doit avoir la consistance d'une crème, si elle est trop dense, la diluer avec un peu de jus de cuisson de la viande.

Couper la citronnelle en gros morceaux. Laver les jeunes pousses d'épinards à grande eau, puis les sécher. Dans une poêle, faire revenir la citronnelle à l'huile d'olive, puis ajouter les épinards. Mélanger quelques secondes et retirer du feu. Saler, poivrer.

Servir la viande, la recouvrir de sauce au thon et ajouter un peu de persil plat sur le dessus. Déposer une quenelle d'écrasé pommes de terre à côté et quelques feuilles d'épinards.