Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Emincé de boeuf sur lit de graines germées à la fleur de sel et au citron, tomates cerises confites

Ingrédients

Préparation

Couper en deux les tomates cerises et faire confire doucement au wok avec des gousses d'ail entières non-pelées dans de l'huile d'olive.

Laver la viande, sécher puis passer dans la fleur de sel.

Saisir la viande à feu vif puis garder au chaud pendant qu'on commence le dressage des assiettes. Disposer sur celles-ci un lit de graines germées, arroser d'un filet d'huile d'olive. Ajouter harmonieusement les tomates cerises confites au bas de l'assiette, presser l'ail et mélanger au tout.

Escaloper la viande, disposer sur le lit de germes et ajouter sel, poivre et un filet de jus de citron. Servir chaud.

Commentaires

Assortiment de graines germées au choix (poireaux, ail...)

Notes :