



LA RECETTE DU CHEF

SELLE DE CHEVREUIL, SAUCE CANNELLE. POLENTA ET SOUPE DE COURGE

POUR 6 PERSONNES

Préparation 20 min.
Cuisson 30 min.

INGREDIENTS

VIANDE:

- 1 selle de chevreuil (de 1kg)
- 1 cuillère à café de cannelle
- 1 cuillère à café de sel, poivre
- 2 cuillère à soupe de beurre à cuire

SAUCE CANNELLE:

- 2dl de cidre
- 2dl de fond de gibier ou de bouillon de viande
- 2dl de crème 25%
- 1/2 cuillère à café de cannelle
- sel, poivre à votre convenance
- un bouquet de persil plat finement haché

POLENTA:

- 300gr de polenta (semoule de maïs)
- 1 litre de bouillon de légume
- 1/2 litre de lait
- sel, poivre

SOUPE DE COURGE:

- 1kg de courge
- 2dl d'eau ou de bouillon de légume
- 1dl de crème 25%
- curry, sel, poivre à votre convenance

MARCHE A SUIVRE:

Viande:

Pour la selle, demander au boucher de détacher les petits filets, d'entailler la viande presque jusqu'aux côtes, de part et d'autre de la colonne vertébrale, et de la ficeler.

Sortir la viande env. 1 heure avant du réfrigérateur.

Préchauffer le four à 250°C.

Saler et poivrer la viande juste au moment d'enfourner, poser sur la plaque, côtes en bas.

Bien faire chauffer le beurre à rôtir dans une petite casserole, arroser la viande.

Sauce cannelle:

Faire réduire dans une casserole le cidre et le fond de gibier à 1 1/2 dl. Baisser la chaleur.

Ajouter la crème, laisser bouillonner un court instant en remuant, jusqu'à ce qu'elle soit veloutée et assaisonner.

Polenta:

Faites chauffer le bouillon doucement avec le lait.

Ajouter la polenta, faire cuire à feu doux pendant 20 min. en remuant constamment.

Puis réserver et laisser tranquillement s'épaissir.

Si nécessaire, réchauffer au micro-onde avant de servir. Puis la couper en petit rectangle.

Soupe de courge:

Couper en dés grossiers la courge, faire chauffer avec un peu d'eau et de crème.

Une fois les morceaux cuits, les passer au mixer pour les réduire en purée.

Assaisonner avec le curry, poivre, sel à votre convenance et laisser cuire à feu doux, sans couvrir pour la rendre plus épaisse.



L' ASTUCE DU CHEF :

Découpe:

Couper la viande horizontalement le long des côtes, tourner dans le persil.

Découper en médaillons d'env. 2 cm d'épaisseur.

Tourner également les petits filets dans le persil, découper.

Présenter la sauce à part.