

Pavé de Veau d'Aveyron et du Ségala rôti,

royale de blanquette au macis,
endives de Laguiole, agrumes et noix



Pour 6 personnes

1 kg de noix de veau
20 g de macis (ou « fleur de
muscade »)
2 œufs entiers
2 jaunes d'œuf

4 endives de Laguiole
Jus de citron
1 orange
Noix fraîche
Huile de noix

Gousses d'ail
1 feuille de laurier
80 g de beurre

Ma recette

1. Réaliser dans la sous noix de veau 6 pavés réguliers de 120 g.
2. À l'aide des parures de veau, 3 gousses d'ail et 1 feuille de laurier, réaliser un bouillon de blanquette, assaisonné avec un peu de macis.
3. Une fois cuit, filtrer le bouillon de blanquette et en réserver 500 g, y ajouter 2 œufs entiers et 2 jaunes et cuire à la vapeur afin d'obtenir un flan. Mixer ce flan, rectifier l'assaisonnement et réserver au chaud.
4. Cuire les endives de Laguiole dans une eau salée et légèrement citronnée, les égoutter et les partager en deux dans le sens de la longueur. Les faire rôtir et réserver.
5. Tailler des segments d'orange et réserver.
6. Faire revenir le veau dans un beurre moussoux aillé, 5 min. de chaque côté et cuire au four à 150 °C, température à cœur 55 °C, laisser reposer 20 min.
7. Sur les assiettes chaudes, dresser la royale de blanquette au macis, ajouter l'endive de Laguiole caramélisée et les segments d'agrumes. Ajouter le veau cuit rosé, un peu d'huile de noix et pour finir râper sur les assiettes de la noix fraîche à la râpe Microplane. Déguster aussitôt.

À vous de jouer

Afin de permettre à la viande de s'assouplir et de se détendre, n'hésitez pas à la laisser reposer un temps égal au temps de cuisson.

