

Tournedos Grillés Sauce Curry Maison

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 20 minutes

Ingrédients:

- | | |
|---------------------------------------|----------------------|
| - CRÈME FRAICHE | 170g |
| - CITRON(S) | 1 c à soupe de jus |
| - FOND DE VEAU | 1 c à café en poudre |
| - CURRY EN POUDRE | 1.5 c à café |
| - TOURNEDOS | 4 |
| - SAUCE TERIYAKI (JAPONAIS-CHINOIS) | un peu |
| - FLEUR DE SEL | |
| - SEL | |
| - POIVRE | |

Recette:

- Faites bouillir la crème.
- Hors du feu, ajoutez le citron, le fond de veau et le curry. Salez et poivrez légèrement.
- Fouettez et replacez sur le feu pour épaissir le mélange. Réservez au chaud.
- Nappez une des faces des tournedos avec la sauce teriyaki à l'aide d'un pinceau. Poivrez cette face.
- Faites chauffer une poêle à griller avec un peu de beurre de cuisson.
- Saisissez le côté nappé de sauce.
- Ajoutez la sauce teriyaki sur l'autre face au pinceau et poivrez.
- Retournez la viande jusqu'à obtention de la cuisson souhaitée (très saignant pour nous !) et salez.
- Versez un peu de sauce curry dans le fond des assiettes et déposez les tournedos grillés (auxquels vous aurez retiré le lardage) puis saupoudrez avec un peu de fleur de sel.

