



___ Grenadins de Veau d'Aveyron et du Ségala au miel et aux pêches ___

Saison : Printemps / Été

Type : Plat



4 pers



Facile



A poêler



Préparation : 15 min

Cuisson : 5/6 min

___ Ingrédients ___

- 4 grenadins de Veau de l'Aveyron et du Ségala (1.5 à 2 cm d'épaisseur)
- 4 pêches (fraîches ou en conserve selon la saison)
- 2 cc de miel
- 1 cc d'huile d'olive
- 2 cc de moutarde

Recette proposée par : Ma p'tite Campagne

Photo : @Map'titeCampagne



___ Préparation ___

Badigeonnez les grenadins avec la moutarde mélangée au miel.

Faites chauffer une poêle avec l'huile d'olive. Cuire les grenadins quelques 2/3 min sur chaque face. Ils doivent rester rosés à cœur.

Pendant ce temps, faites chauffer un grill et grillez quelques minutes les pêches coupées en deux sur chaque face.

Lorsque les grenadins sont cuits, réservez-les 5 min au chaud dans une assiette. Déglacez la poêle avec une cuillère d'eau en grattant bien les sucs de cuisson.

Servez les grenadins en les arrosant du jus restant dans la poêle et accompagnés des pêches grillées.