Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2011)
Heft: 21

Rubrik: Signé : Bernard Ravet

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

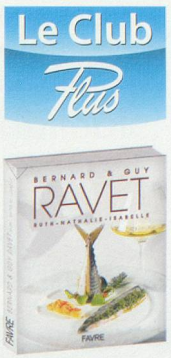
Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

P.-M. Delessert



Ce livre vous fait envie? Profitez de notre offre, un exemplaire dédicacé, en page 77.

Filet de selle de renne de Suède

Choucroute aux épines vinettes et topinambours

Ingrédients

Pour le renne
400 g filet de renne
2 cl huile
20 g beurre
100 g mirepoix
20 cl vin rouge corsé
20 cl jus de veau
5 cl huile de colza
Pour la choucroute
250 g choucroute cuite
1 pomme de terre de 100 g
5 cl vin blanc
10 cl bouillon de légumes
20 g épines vinettes déshydratées
4 topinambours

Préparation des topinambours

Laver, éplucher et tailler dans chacun 3 olivettes, cuire à l'anglaise, rafraîchir et réserver.

Préparation du renne

Bien parer le filet de renne, en ôtant les peaux et les parties graisseuses.
Rôtir à l'huile les parures en laissant colorer, ajouter la mirepoix, rissoler encore 1 minute en remuant, enlever l'excédent de graisse, ajouter le vin rouge et le jus et cuire doucement 30 minutes. Filtrer et réserver: il vous en faut 4 cl, sinon réduire encore.

Préparation de la choucroute

Bien l'égoutter. Eplucher la pomme de terre, la râper finement, ajouter le vin blanc, bien délayer. Chauffer la choucroute avec le bouillon, ajouter la pomme de terre et cuire tout doucement 10 minutes à couvert, en remuant pour que cela n'attache pas au fond, assaisonner.
Ajouter les épines vinettes, réserver.

Cuisson et finition

Assaisonner le renne et saisir à l'huile dans une poêle environ 6 minutes, en retournant et arrosant la viande. A la fin, enlever l'huile et, hors du feu, ajouter le beurre, laisser reposer 5 minutes.
Retirer la viande, ajouter le jus réduit dans la poêle, bien remuer, filtrer et assaisonner.
Glacer les topinambours, réchauffer la choucroute. Découper la viande en 8 parts. Dans chaque assiette, mettre 1 cercle, y presser la choucroute, faire un trou au centre pour y mettre le jus et disposer viande et topinambours.