



## Minute de Bœuf sauté au Soja

### Ingrédients pour 10 couverts

- |                                      |             |
|--------------------------------------|-------------|
| • <b>FONDS de VEAU Premium CHEF®</b> | <b>65 g</b> |
| • Eau                                | 800 ml      |
| • Cœur de rumsteck                   | 1.9 kg      |
| • Carotte                            | 600 g       |
| • Navet long                         | 400 g       |
| • Betterave                          | 400 g       |
| • Pousse de soja                     | 350 g       |
| • Gingembre                          | 50 g        |
| • Sauce soja                         | 20 cl       |
| • Huile de sésame                    | 10 cl       |
| • Huile de tournesol                 | 20 cl       |
| • Sel                                | pm          |
| • Poivre du moulin                   | pm          |
| • Poivre de Sichuan                  | pm          |



### Progression de la recette

- Détailler la viande en lanières de 1 cm de largeur et la mettre à mariner dans la sauce soja, l'huile de sésame, le poivre de Sichuan et le gingembre haché.
- Eplucher les légumes et les tailler en julienne.
- Réaliser le **Fonds de Veau Premium CHEF®** selon le mode d'emploi.
- Egoutter puis sauter la viande à feu vif, débarrasser puis réserver au chaud.
- Dans la même poêle sauter vivement les juliennes de légumes, ajouter la viande et le **Fonds de Veau**, rectifier l'assaisonnement.