

Filet de taureau mariné au vin rouge puis cuit au sautoir Sauce raïto, croquettes de riz rouge de Camargue



Ingrédients pour 6 personnes:

Pour le taureau :

6 beaux pavés de taureau taillés dans le cœur du filet, huile d'olive, beurre, sel, poivre

Pour la sauce :

500g de parures de viande de taureau ou de viande pour gardianne, 2 bouteilles de vin rouge des Costières, 2 cuillères de fond de veau en poudre, une noisette de beurre, sel

Pour la sauce raïto :

3 oignons rouges, 100g de tomates séchées et concassées, 2 cuillères de tapenade, 1 cuillère d'anchoïade, 3 cuillères de câpres, 1dl de sauce, huile d'olive, sel, sucre

Pour les croquettes de riz :

100g de riz rouge de Camargue, 1 boule de mozzarella, 2 cuillères de parmesan râpé, 6 feuilles de gélatine préalablement ramollies dans l'eau froide, assaisonnement, beurre, farine, 2 œufs, 300 g de chapelure de pain, 1 litre d'huile pour friteuse.

La sauce : Faire cuire les parures ou la gardianne de taureau dans 1 litre d'eau et à couvert pendant 1 heure. Filtrer et réserver la viande de gardianne pour une autre préparation. Ajouter le vin rouge et le fond en poudre et cuire à feu moyen pour obtenir $\frac{3}{4}$ de litre d'une sauce onctueuse et corsée. Rectifier l'assaisonnement et monter avec une noisette de beurre.

Les croquettes de riz : Cuire le riz dans une casserole d'eau bouillante légèrement salée.

Lorsque le riz est cuit (35 à 50mn car c'est du riz complet) le laisser gonfler 10mn.

Egoutter le riz en gardant 1dl du jus de cuisson dans lequel on fera fondre les feuilles de gélatine. Ajouter au riz ainsi que le parmesan, le beurre, la mozzarella coupée en petits dés de 5mm.

Rectifier l'assaisonnement et laisser prendre au froid. Former au moins 6 belles boulettes et les paner à l'anglaise en les enrobant successivement de farine, d'œuf battu, de chapelure puis à nouveau d'œuf battu et de chapelure.

Frire quelques minutes dans une friteuse à 180° pour obtenir de belle boulettes dorées et moelleuses.

La sauce raïto : Couper en dés de 5mm les oignons rouges. Les faire suer dans un filet d'huile d'olive avec très peu de sel et une prise de sucre. Lorsque les oignons sont fondants ajouter les tomates, les câpres, la tapenade et l'anchoïade. Ajouter 1dl de sauce vin rouge et laisser compoter 15mn à petits bouillons en remuant pour éviter que la préparation n'accroche.

Les pavés de taureau : Assaisonner et cuire les pavés de taureau dans une poêle avec un peu de beurre et d'huile d'olive pour avoir une coloration sur toutes les faces. Laisser reposer 5mn sur une assiette.

Dressage : Au centre de l'assiette dresser un fond de sauce raïto.

Poser dessus le pavé de taureau puis à côté une croquette de riz.

Arroser le tout du beurre de cuisson des taureaux et napper de sauce vin rouge.