

Tranches de veau et gaufres de patate douce

durée totale **60 min.** 30 min. temps de préparation 30 min. temps de cuisson

INGRÉDIENTS

10 portions

Pour la viande et la sauce:

1,5 kg	d'échine de veau
	Huile de friture
50 g	de beurre
100 g	de farine de blé
100 ml	<u>Fermentation naturelle</u> <u>sauce soja à teneur en</u> <u>sel réduite Kikkoman</u>
1 litre	de fond de veau
5 g	de maïzena
100 g	de crème double, fouettée

Pour les gaufres:

300 g	de beurre doux
300 g	d'œufs
200 g	de farine de blé
10 g	de levure chimique
100 ml	d'eau gazeuse
100 g	de Gouda râpé
100 g	de patates douces fraîchement râpées
100 g	de brocoli fraîchement râpé
5 g	de sel

Pour servir:

200 g	de confiture de canneberge
--------------	-------------------------------

PRÉPARATION

Étape 1

Tranches de veau : couper la viande en morceaux de la taille d'une bouchée. Saisir dans une poêle avec un peu d'huile à feu vif pendant 2 à 3 minutes, puis retirer et réserver. Réduire le feu et faire fondre le beurre dans la poêle. Incorporer la farine et faire revenir pendant 1 à 2 minutes. Déglacer avec la sauce soja Kikkoman à faible teneur en sel et remuer jusqu'à obtention d'une consistance homogène. Ajouter le bouillon et laisser mijoter à feu doux pendant environ 15 minutes, en remuant de temps en temps. Réchauffer la sauce par portions et y faire mijoter la viande pendant 4 à 5 minutes. Au moment de servir, incorporer 1 cuillère à soupe de crème fouettée avant de servir.

Étape 2

Battre le beurre jusqu'à ce qu'il devienne mousseux. Ajouter les œufs un par un, en battant bien après chaque ajout. Mélanger la farine et la levure, ajouter au mélange d'œufs et incorporer l'eau gazeuse jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Incorporer le gouda, les patates douces et les brocolis. Assaisonner de sel. Préchauffer et graisser un gaufrier en forme de cœur et cuire les gaufres pendant 4 à 5 minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Étape 3

Pour servir, placer trois cœurs de gaufre dans chaque assiette. Recouvrir de viande et de sauce et terminer par une cuillerée de confiture de canneberge.