

Foie de Veau de lait du Québec

Ingrédients

4 tranches	Veau de lait du Québec 1 cm d'épaisseur Boucherie La Côte du marché
4 c. à soupe	Coulis de framboises ou framboises fraîches Jardin du Marché
1 c. à soupe rase	Sucre d'érable Viva épicerie santé
3	Échalotes françaises Jardin du Marché
6 c. à soupe	Vinaigre de framboise
	Farine tout usage en quantité suffisante
50 g	Beurre sans sel
2 c. à soupe	Huile de colza
	Sel avec modération et poivre au goût
1 kg	Pommes de terre bleues Jardin du Marché
250 ml	Crémeuse de soja Belsoy Viva épicerie santé

Méthode

1. *Éplucher et hacher finement les échalotes. Réserver*
2. *Fariner les tranches de foie des 2 côtés et les taper pour retirer le surplus de farine
Réserver*
3. *Faire chauffer l'huile dans une poêle, saisir les tranches de foie 2 minutes de chaque côté. Saler et poivrer. Réserver au chaud.*
4. *Faire suer les échalotes dans la poêle. Ajouter le coulis et le sucre d'érable, laisser cuire à feu moyen pendant 4 minutes environ puis déglacer au vinaigre de framboise. Ajouter 50 g de beurre et mélanger.*
5. *Disposer les tranches de foie de veau dans les assiettes chaudes et nappées de sauce aux framboises. Servir avec une purée de pommes de terre bleues montée à la crémeuse de soja **Belsoy**.*

Note *Si vous utilisez les framboises fraîches, passer la sauce dans une passoire fine, afin d'éliminer les pépins. **Servir avec Sargento syrah Argentine +10915271***