



Pour 2/3 personnes

- 1/3 de **Merlan**
- 1/3 de **Tende de tranche**
- 1/3 de **Bavette**
(1 pour le goût, 1 pour la tendreté et 1 pour le moelleux)

ou

- 1/2 **Filet**
- 1/2 **Bavette**
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de moutarde mi-forte
- 1 jaune d'œuf
- 1 cuillère à soupe de cornichons et/ou câpres
- 1,5 cuillères à soupe de Ketchup
- 2 à 3 gouttes de Tabasco
- 1/4 ou 1/2 oignon cru (gros jaune)
- Poivre / Sel
- 1 cuillère à soupe de Worcestershire (facultatif)
- 1 pincée de piment d'Espelette (facultatif)
- 1 bouquet de ciboulette ou persil (facultatif)

Prendre les morceaux de viande et les détailler en lamelles puis petits morceaux très fins. Réserver au frais (ne pas hacher la viande).

Hacher finement l'oignon, les câpres, les cornichons, (ciboulette).

Dans un saladier, placer le jaune d'œuf, la moutarde, l'huile d'olive, le sel, le poivre, le Ketchup, le Tabasco.

Ajouter la viande à cette préparation.

Mélanger délicatement.

Remplir un verre ou une verrine avec cette préparation, puis demouler dans une assiette, saupoudrer de ciboulette hachée (ou persil).

Servir avec une salade ou des frites.

A manger rapidement car la viande crue est instable !

Bonne dégustation !



Vos recettes MDB