

La chronique culinaire du marché

Tagliata di Manzo au barbecue

Ingrédients

Pour 4 personnes
500 à 800 gr de viande de bœuf «rond de Paris ou rond de tranche».
A défaut, rumsteck ou filet
50 gr de roquette
6 c.s. d'une bonne huile d'olive
6 c.c. de vinaigre balsamique
Fleur de sel
Thym, romarin, origan, en branches et feuilles
8 tomates cerises
un morceau de parmesan



Réalisation

Préparez la vinaigrette en mélangeant bien l'huile, le vinaigre et la fleur de sel. Mettez les herbes aromatiques à infuser.

Allumez votre barbecue puis saisissez la viande à feu vif sur tous les côtés. Baissez le feu et laissez cuire 2-3 minutes de chaque côté pour obtenir une cuisson saignante (ajustez en fonction de vos goûts).

Emballer la viande dans du papier aluminium pour la maintenir au chaud et retenir les sucs, et laissez la viande reposer au moins 10 minutes.

Tranchez en fines tranches de 2-3 mm d'épaisseur avec un couteau bien aiguisé.

Disposez la roquette dans les assiettes, ou un grand plat pour une version plus conviviale. Assaisonnez d'un peu de vinaigrette.

Disposez la viande, les tomates cerises coupées en deux et des copeaux de parmesan tranchés avec un économe.

Rajoutez un peu de vinaigrette et servez sans attendre!

Marché Hebdomadaire de Gland – Place de la Gare

Tous les mercredis de 16h00 à 20h00 – www.gland.ch/marche-hebdomadaire

Les conseils du Chef



Patrick Baudet alias « Chef Paddy », infatigable globe-trotteur et passionné de cuisine, troque aussi souvent que possible son costume de consultant en informatique et gestion d'entreprise pour un tablier et une toque de circonstance. Inspiré des classiques de la gastronomie française, suisse et italienne, l'art culinaire de ce traiteur et chef à domicile* de Gland, se renouvelle en permanence au gré de ses voyages et des découvertes faites sur les marchés du monde. *un monde de saveurs

« Lors de la présentation de la nouvelle formule du journal La Côte sur le marché de Gland, le mercredi 30 mai 2018, j'ai réalisé cette chronique « en live » sur un barbecue et acheté les ingrédients sur place auprès du boucher Patrick Leva, du traiteur italien Giorgio Oliveira et du peumeur Alexandre Correia.

Tout dans cette recette très simple et d'origine italienne réside dans la qualité de ses ingrédients. Parfaite pour inaugurer son barbecue et les premiers jours d'été, la tagliata peut se manger tel quel en entrée ou en plat accompagnée de frites fraîches maison (Utilisez de préférence des pommes de terre Agria).

Accord mets-vins

Lors de la chronique « live » sur le marché de Gland, j'ai choisi deux vins du vigneron présent ce jour là, Philippe Bovet de Givrins. J'ai opté pour un vin rouge léger et subtil d'assemblage Gamay, Gamaret, Garanoir, le « Léman rouge ». Pour les puristes j'ai également opté pour un Gamay velouté et gouleyant à la fois, le « Pacifique ».

Trucs et astuces

Avant la cuisson, laissez la viande à température ambiante 15-30 minutes, elle n'en sera que plus tendre. Ne pas saler la viande avant de la cuire, afin d'éviter qu'elle ne « dégorge » et donc sèche. Le sel viendra par la vinaigrette et le parmesan.