

LA BAVETTE DE LA VILLETTE

MAI 2012

**BOUCHERIE
LALAUZE
DEPUIS PLUS D'UN SIECLE**

Les Actualités de la Viande

A l'honneur ce mois-ci

Géraldine RUMEAU, chef du Restaurant
« 1728 » Paris 8

Nous livre sa recette:



« Filet de Bœuf mariné 36 heures aux saveurs asiatiques »

Mariner au frais 36 heures un Filet de Bœuf épluché le tourner toutes les 9 heures, dans un mélange de sauce soja, sel, sucre, épices, gingembre, miel et huile de sésame. Sortir le Filet, l'éponger sur un torchon et bien nettoyer sa surface. Le saisir entier sur la plancha. Le servir froid tranché en biseau.

Une explosion de saveur en bouche!

Produit du Mois

« LA TRIPERIE »

Les produits tripiers, nombreux et très différents.

Les uns des autres, offrent un large éventail de possibilités culinaires. Parfois méconnus, ils entrent cependant dans une multitude de plats délicieux, du plus simple au plus raffiné. Leur taille, leur texture et leur saveur dépendent de l'espèce dont ils proviennent; les produits tripiers de Veau sont très prisés pour leur finesse; ceux de Bœuf plus volumineux ont une texture assez dense et une saveur prononcée. De petite taille, les produits tripiers d'Agneau sont tendres et cuisent rapidement.

Cours de la Viande

C'est le moment ou jamais de bénéficier de la baisse du prix des abats

après les cours élevés de cet hiver.

Au contraire les viandes de Bœuf à griller sont à la hausse.

L'Agneau lui, reste stable.

Conseil du chef

Boucher

Eviter de couper la viande pour vérifier la cuisson.

Il vaut mieux la toucher:

le Bifteck est saignant lorsque la surface est molle; à point lorsqu'elle est spongieuse; et bien cuit lorsqu'elle est ferme.

Pour être encore plus certain, utiliser un thermomètre à viande à lecture instantanée.

Bleu 45 à 50° / A point 60 à 65° / Bien cuit 70 à 75°

Dico du Louchébem

« En laimoque laifass ce qu'il te laiplems! »

« En mai fais ce qu'il te plais ! ».

Cours de la Viande

Produit du Mois

Dico du Louchébem

Conseil du chef

Agenda

Actualités

Agenda

Le 1er mai

Férié

« Fête du Travail »



Le 8 mai

Férié

« Victoire 1945 »

Le 17 mai

Férié

« Ascension »

Le 27 mai

« Pentecôte »

Le 28 mai

Férié

« Lundi de Pentecôte »