

CÔTES DE CHEVREUIL MARINÉES

358 calories

Préparation : 15 mn + marinade: 48 h - Cuisson : 15 mn

Pour 4 personnes :

4 côtes de chevreuil

1/2 verre de vin blanc

1/4 verre d'eau-de-vie

2 gros oignons

2 carottes

3 clous de girofle

1 pincée de poudre de piment

1 petite branche de thym

2 feuilles de laurier

6 feuilles de menthe

1 cuillerée à soupe d'huile

1 cuillerée à soupe de moutarde

Sel, poivre

1. Préparez la marinade avec le vin blanc, l'eau-de-vie, les carottes et les oignons coupés en rondelles, du sel, du poivre, la poudre de piment, les clous de girofle, le thym, le laurier et les feuilles de menthe. Plongez les côtes de chevreuil dans cette préparation. Laissez-les mariner 48 heures.
2. Au bout de ce temps, égouttez et épongez les côtes de chevreuil (réservez un demi verre de marinade).
3. Faites chauffer l'huile dans une poêle, mettez-y à dorer vivement les côtes 5 minutes de chaque côté. N'assaisonnez pas. Retirez les de la poêle et disposez-les dans un plat tenu au chaud.
4. Dans la sauce de cuisson, ajoutez le demi verre de marinade et la moutarde. Faites chauffer en remuant, puis versez sur les côtes de chevreuil et servez.

Le bon conseil

En garniture, servez une purée de marrons à laquelle vous ajouterez une cuillerée de la sauce des côtes de chevreuil.