



**TARTARE DE VEAU, AVRUGA ET PETITS POIS**



150g de petits pois nets écosés, 10cl de lait de soja, 1cc de graines de coriandre, 700g de filet de veau, 1/2 botte d'aneth, 1 pomme granny-smith, 1 petite courgette, le jus de 2 citrons verts, 1cs d'huile de noix, 1cs d'huile d'olive, 80g d'avruga, fleur de sel, poivre du moulin, piment d'Espelette.

Faites cuire les petits pois à l'eau bouillante salée 2 à 3 min puis plongez-les dans de l'eau glacée. Égouttez-les à nouveau. Mixez-en les 3/4 avec le lait de soja, filtrez au travers d'une passoire fine et gardez cette crème juste tiède. Réservez le reste des petits pois pour le dressage. Torréfiez les graines de coriandre à sec à la poêle ou mieux si votre four est allumé, 10min à 150°. Concassez-les dans un mortier.

Taillez le veau en petits dés réguliers. Ciselez l'aneth, lavez la pomme et la courgette, prélevez des lamelles d'un petit cm d'épaisseur en conservant la peau et coupez ces lamelles en mini dés.

Assaisonnez le veau avec le jus des citrons, les huiles, la fleur de sel, l'aneth ciselé, le poivre et le piment. Dressez le tartare de veau au centre de l'assiette en vous aidant d'un emporte pièce, tassez bien. Répartissez autour les petits pois. Ajoutez sur le dessus une petite quenelle d'avruga et un brin d'aneth pour le décor.

Émulsionnez au mixer plongeant la crème soja petits pois. Prélevez la mousse qui s'est formée en surface à l'aide d'une cuillère à soupe et ajoutez-la sur le tartare. Dégustez aussitôt