

Poitrine de veau glacée au miel



Pour 4 à 6 personnes: 1,2 kg de poitrine de veau, 1 dl de sauce au soja, ½ c. à soupe de vinaigre, 1 c. à soupe de paprika, 1 c. à soupe de beurre (ou autre matière grasse), 3 c. à soupe de miel, sel, poivre.

Mélanger la sauce de soja, le vinaigre et le paprika et en enduire la poitrine de veau de tous les côtés. Laisser mariner au minimum 2 heures au frigo. Saler et poivrer la viande, l'enduire de miel et mettre dans une lèchefrite (ou autre plat pour cuisson au four). Préchauffer le four et cuire 3 h à 150° C en badigeonnant plusieurs fois la viande avec le miel. Laisser la viande reposer 10 minutes à couvert avant de la couper. Servir chaud ou froid avec une garniture de fruits exotiques.