

**Grenadins de veau aux asperges**

**** **Pour 4 Croquants-Gourmands**

**- 4** [**grenadins**](https://recettes.de/grenadins) **de** [**veau**](https://recettes.de/veau) **dans le filet**
**- 600 g d'**[**asperges**](https://recettes.de/asperges) **(1)**
**- 2 grosses** [**échalotes**](https://recettes.de/echalote)
**- 1 gousse d'ail écrasée**
**- 200 g de** [**crème liquide**](https://recettes.de/creme-fraiche)
**- huile d'olive (2)**
**- sel & poivre**

***J'ai commencé la préparation à l'avance pour être tranquille au moment du repas.***

Nettoyer les asperges.
Les plonger dans l'eau bouillante et laisser cuire 4 minutes.
Les rafraichir à l'eau froide et les égoutter sur une grille.
Les laisser refroidir puis les couper en 3 ou 4 tronçons.
Faire revenir les grenadins 2 minutes sur chaque face dans l'huile chaude.
Saler, poivrer et les réserver couverts d'un papier cuisson.
Éplucher et émincer finement les échalotes et l'ail dégermé.
Faire suer les échalotes dans la poêle de cuisson des grenadins.
Ajouter l'ail et laisser blondir pendant 2 minutes.

***À ce stade, j'ai laissé les éléments bien couverts en attente.***

Au moment du repas **Préchauffer le four à 180°C** 

Enfourner les grenadins de veau pendant 10 minutes.
Ajouter les asperges aux échalotes et les enrober de gras.
Incorporer la crème et la laisser réduire à feu vif pendant 2 minutes.
Dresser dans des assiettes chaudes et servir aussitôt.

Vous pouvez aussi tout préparer en dernière minute
Il faudra alors faire cuire les grenadins 4 minutes sur chaque face
et les garder au chaud bien couverts pendant la cuisson
de la sauce aux asperges.