

Sanglier

au caramel

par Matthieu Payet Godel

Emincer l'oignon et l'ail.

Couper le sanglier en dés
et le saisir dans une poêle bien chaude
1 minute maximum.

Retirer le sanglier de la poêle
et ajouter dans la même poêle l'ail
et l'oignon ciselés.

Les cuire 2 minutes puis retirer de la poêle.

Faire un caramel en laissant cuire le sucre
dans la même poêle. Attention à ne pas
brûler votre caramel.

Remettre le sanglier, l'ail et l'oignon.

Mouiller à hauteur d'eau et
ajouter la sauce poisson et la sauce soja.
Réduire.

Dresser le riz cuit dans un bol, avec les
brocolis vapeurs et ajouter la viande et la
sauce.

Parsemer de sésame et de cébette.

Sanglier

au caramel

par Matthieu Payet Godel

INGRÉDIENTS

700 g de filet de sanglier

2 gousses d'ail

1 oignon jaune

20 g de sauce nuoc mam

20 g de sauce soja

100 g de sucre

sel

Poivre

Riz

Cébette

Sésame

Brocolis cuits vapeurs

USTENSILES

Une plaque de four

Une poêle