

Tendron de veau au miel citron et thym

Ingrédients :

- 2 tranches de tendrons de veau par personne
- Jus de 3 citrons
- 60 g de miel liquide
- 1 c. à café de thym effeuillé
- Sel fin
- Poivre



Préparation :

Dans un bol, mélanger le jus des citrons avec le miel, le thym, $\frac{1}{4}$ de cuillère à café de sel, quelques tours de moulin à poivre

Ranger les tendrons dans un grand plat (sans les superposer) et verser la marinade en la répartissant uniformément.

Couvrir d'un film étirable et laisser mariner au moins 3 heures au frais.

Faire chauffer la plancha

Faire cuire les tendrons marinés 25 minutes par face, en les arrosant régulièrement de jus

Si le jus caramélise trop vite, recouvrir le plat de papier d'aluminium