

# Tournedos aux raisins secs

Préparation :  
**30 minutes**

Cuisson :  
**20 minutes**

Difficulté :  
**Facile**



**POUR  
6 PERSONNES**



## INGREDIENTS

- 6 tournedos (environ 200 g pièce)
- 200 g de raisins moelleux
- 500 g de fonds d'artichaut
- 1 botte de carottes nouvelles
- 1 botte d'asperges vertes
- 10 cl de vinaigre de vin vieux
- 3 cuillères à soupe de miel liquide
- 30 g de beurre
- 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- sel, poivre du moulin

## PRÉPARATION

Parer les légumes et les faire cuire à la vapeur pendant 10 minutes. Pendant ce temps, mettre l'huile d'arachide et le beurre dans une grande poêle.

Chauffer la poêle sur feu moyen. Faire dorer les tournedos dans ce mélange : à peu près 5 minutes par face selon votre goût. Les retirer de la poêle, les envelopper de papier aluminium et les réserver au chaud. Porter la poêle sur feu vif et déglacer avec le vinaigre en grattant le fond avec une cuiller en bois.

Ajouter le miel, les raisins moelleux, sel et poivre. Quand la consistance est sirupeuse, répartir la sauce dans les assiettes et répartir les légumes et les tournedos. Servir immédiatement.



*Les raisins secs proviennent de variétés de raisins spécifiques. Ils peuvent être originaire de Turquie, de Grèce ou du Chili.*