

# Filet de veau farci à l'italienne



TEMPS DE PRÉPARATION

20 min

TEMPS DE CUISSON

2 h

TEMPS TOTAL

2 h 20 min



TYPE DE PLAT

Plat principal

CUISINE

Italienne



## INGRÉDIENTS

- 1 filet de veau 3 Lbs 1,5 Kg.
- rub au choix
- mélange d'assaisonnement pour pizza
- huile d'olive
- 2 poignées de feuilles d'épinards fraîches
- 1 poignée de feuilles de basilic frais
- 3 brins de romarin frais
- le zeste d'1 petit citron
- 4 gousses d'ail hachées

## INSTRUCTIONS

1. Détachez le filet. Assaisonner les deux côtés avec du sel et du poivre.
2. Étaler les feuilles d'épinards avec l'ail, les feuilles de basilic, les feuilles de romarin et le zeste de citron sur un côté de la viande. Roulez le rôti et attachez-le juste assez pour le fixer; ne pas trop serrer pour ne pas que la farce sorte. La farce sera visible. Huilez la viande et saupoudrez le rub de votre choix et finissez en saupoudrant d'assaisonnement à pizza.
3. Préchauffez votre gril pour une cuisson indirecte, plaque de saisie fermée à 225°F (110°C). Fumer la viande jusqu'à une température interne de 58°C (136°F).
4. Lorsque la viande est cuite, réglez la température de votre grill au max et faites saisir quelques rondelles de courgettes, fenouil,... Je fais aussi des pâtes à la tomate en accompagnement.



MOTS CLÉS

filet de bar, italie, veau