

Filet de veau à la jamaïcaine

Ingrédients pour 4 personnes :

- 1 filet de veau d'environ 600 g

Marinade

- 2 gousses d'ail
- 1 cuillère à soupe de paprika
- 1 cuillère à soupe de piment en poudre fort ou doux selon vos goûts
- 1 cuillère à café de cumin moulu
- 1/2 cuillère à café d'origan
- 2 cuillères à soupe de coriandre finement ciselées
- 2 cuillères à soupe de tequila ou de rhum blanc
- 2 cuillères à soupe de jus d'ananas
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1/4 de cuillère à café de sel fin

Préparation :

Pelez et écrasez les gousses d'ail.

Mélangez-les dans un plat creux avec les autres ingrédients de la marinade.

Essuyez le filet de veau, incisez-le superficiellement à plusieurs reprises, puis roulez-le dans le mélange précédent afin de bien en imprégner la viande.

Couvrez de film alimentaire et laissez mariner au minimum 2 heures au réfrigérateur.

Préchauffez le four à 200° C.

Déposez le filet de veau au centre d'une grande feuille de papier sulfurisé.

Arrosez-le de sa marinade, puis formez une papillote.

Fermez-la hermétiquement, en repliant plusieurs fois les bords du papier.

Enfournez pour environ 30 minutes.

A la sortie du four, laissez repose 5 minutes avant d'ouvrir la papillote.

Découpez le filet en médaillon et servez-les sur un plat chaud, arrosés du jus de cuisson.