

# Filet de chevreuil

Temps de préparation total : 24 h 20, 4 portions

**Ingrédients** 4 filets mignons de chevreuil de 150 g (5 oz) chacun

200 ml (4/5 tasses) de vin blanc

1 sachet de thé

5 ml (1 c. à thé) d'anis séché

60 g (2 oz) d'épices (divers poivres, coriandre, muscade et herbes fraîches ou à défaut séchées)

60 g (2 oz) de miel

150 g (5 oz) de pousses de soya

50 ml (3 c. à soupe) d'huile d'arachide

250 ml (1 tasse) de fond de gibier

## Préparation

1. 24 heures à l'avance : mélanger les épices, ajouter le miel et enduire les filets de chevreuil avec le mélange. Les envelopper dans une pellicule plastique.

2. Infuser le vin blanc, le sachet de thé et l'anis. Réduire des 2/3 et passer au chinois.

3. Ajouter le fond de gibier et le jus qui s'est formé dans la pellicule plastique. Réduire à 2/3 de tasse. Vérifier l'assaisonnement.

4. Faire sauter les pousses de soya quelques secondes dans une poêle antiadhésive avec une filet d'huile. Assaisonner.

5. Cuire les filets de chevreuil à votre goût.

6. Déposer les pousses de soya dans le fond de chaque assiette et poser le filet dessus. Napper de sauce.

[www.sene.name](http://www.sene.name)