

PAR FABIEN BOURDON

# FONDUE CHINOISE - LA CARNIVORE

## Ingrédients (Pour 8 personnes)

### Garniture

600 g de nouilles udon  
congelées

1 kg de coeur de rumsteak

250 g de chou chinois

150 g de pousses de mungo

250 g de shiitakes

250 g de carotte jaune

250 g de carotte orange

125 g de pousses de bambou

### Huile

### Bouillon

150 g de pâte miso

20 cl de sauce soja

10 g de gingembre

10 g d'ail

10 g de piment rouge

2 l de bouillon de poule

### Huile

### Décoration

10 g de graines de sésame blanc  
et noir

30 g de champignons de Paris  
émincés

10 g de coriandre

10 g d'oignon nouveau

## Préparation:

Émincer le chou chinois, tailler les carottes en bâtonnets et les shiitakes en gros quartiers.

Tailler le rumsteak en tranches d'environ 5 mm puis réserver au frais.

Faire sauter à feu très chaud, dans un peu d'huile, les carottes, le chou chinois et les shiitakes.

Cuire les nouilles udon au four vapeur ou dans l'eau bouillante pendant 4 minutes. En fin de cuisson ajouter les pousses de mungo et de bambou.

Pour le bouillon, faire revenir l'ail, le piment et le gingembre, la pâte miso dans un peu d'huile, et déglacer avec la sauce soja. Rajouter le bouillon de poule et laisser infuser 30 minutes.

Dresser dans 8 assiettes creuses les garnitures puis les tranches crues de rumsteak.

Verser le bouillon très chaud sur l'ensemble.

Finir le dressage avec les graines de sésame, la coriandre et les champignons de Paris émincés.

