



ELEVAGE

David REY

LE SACHURON

25450 DAMPRICHARD

TEL : 00 33 6 89 09 56 28

TEL : 00 33 6 80 91 90 60

bisonsachuron@gmail.com

La viande de bison étant très maigre, ne pas la saisir .
La cuire à feu moyen, de préférence en cocotte au four
plutôt qu'en autocuiseur où l'on ne maîtrise pas la
température.

En ce qui concerne les steaks, les cuire doucement
environ deux minutes de chaque côté, ils resteront
saignants .

Une viande qui reste dure n'est pas assez cuite .

CHILI DE BISON EPICE

Pour 6 personnes :

- ⌚ 1 Kg de bison haché
- ⌚ 1,5 c-à-c de cumin
- ⌚ boîte d'environ 400ml de tomates en dés + piments forts
- ⌚ boîte d'environ 300ml de soupe aux tomates
- ⌚ boîte d'environ 550ml de haricots rouges égouttés
- ⌚ autant de haricots noirs égouttés
- ⌚ ½ oignon haché, 1/2 c-à-c d'ail haché, 2 piments différents
- ⌚ 2 c-à-s de poudre de chili,
- ⌚ sel et poivre au goût

Faire cuire le bison dans une poêle à feu moyen.
Assaisonner de poivre de cayenne et d'1/2 c-à-c de cumin .

Dans une mijoteuse, mélanger le bison cuit, les tomates aux piments
forts, la soupe aux tomates, les haricots, l'oignon, l'ail, les piments,
la poudre de chili, les flocons de piments, le poivre et le sel .
Couvrir et cuire à feu doux pendant 8 heures
(ou au four dans une cocotte)