

# CRISTEL® & VOUS

## Les bonnes grillades sans graisse



Préchauffez la poêle ou la sauteuse vide. Vous pouvez vérifier la bonne température en versant quelques gouttes d'eau dans la poêle : lorsque les gouttelettes roulent comme des billes, vous pouvez déposer la viande à griller.

Placez la viande bien à plat dans votre poêle ou sauteuse CRISTEL. Elle attache quelques secondes pour être mieux saisie. Elle se détachera d'elle-même lorsque la cuisson sera à point.

Retournez la viande et réduire le feu si besoin. Si vous souhaitez une cuisson à cœur, pour le porc par exemple, faites cuire quelques minutes supplémentaires avec le couvercle, après avoir déglacé avec un peu d'eau.

Servir nature ou accompagné d'une sauce de votre choix. Viandes de bœuf, veau, porc, agneau et volailles découpées sont grillées de la même façon. Le service terminé, mettre un peu d'eau dans l'ustensile en attendant le nettoyage.