



Sauté de veau "gremolata"



1h05 20 min 45 min 0 404
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du sauté de veau

- 1 Eplucher et émincer l'oignon.
- Eplucher les carottes et les tailler en mirepoix.
- 3 Eplucher les tomates et les couper en dés.
- Les tomates coeur de boeuf se pèlent facilement. Si on utilise une autre variété de tomate, les monder.
- 5 Dans une cocotte, faire chauffer l'huile d'olive.
- Ajouter les morceaux de viande et les faire dorer sur toutes leurs faces pendant environ 3 minutes.
- 7 Réserver les morceaux de viande sur une assiette.
- 8 Verser les oignons dans la cocotte et les faire revenir sans coloration pendant 2 minutes.
- **9** Ajouter la viande, les carottes, les tomates et le vin blanc.
- 10 Saler et poivrer.
- 11 Laisser mijoter pendant 45 minutes.

Étape 2

Préparation de la gremolata

1 Prélever le zeste de l'orange et du citron.

Ingrédients pour 4 personnes

Sauté de veau

600 g Epaule(s) de veau

1 Oignon(s)

400 g Carotte(s)

1 kg Tomate(s)

2 c. à soupe Huile d'olive

20 cl Vin blanc

1 Sel

1 Poivre

Gremolata

0.5 **Citron(s)**

0.5 **Orange(s)**

1 botte(s) **Persil plat**

1 c. à soupe Huile d'olive

- **2** Les hacher finement.
- 3 Laver et sécher le persil.
- 4 Le ciseler finement.
- Dans un bol, mélanger les zestes, le persil et l'huile d'olive.

Étape 3

Dressage

- 1 Mélanger la gremolata et le sauté de veau.
- Transvaser le contenu de la cocotte dans un plat de service.
- **3** Servir sans attendre.