



Veau

Blanquette de veau



1h55 **25 min** **1h30** **0** **412**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Pochage de la viande

- 1 A l'aide du couteau de cuisine, couper la viande en cubes d'environ 4 centimètres de côté.
- 2 Disposer la viande dans une casserole et recouvrir d'eau froide.
- 3 Porter à ébullition pendant 1 minute pour pocher la viande et la débarrasser de ses impuretés.
- 4 Egoutter la viande avec une écumoire et la disposer dans une cocotte.

Étape 2

Préparation du bouillon

- 1 Peler l'oignon et les gousses d'ail avec un couteau d'office.
- 2 Piquer l'oignon avec les clous de girofle.
- 3 Eplucher les carottes à l'aide de l'économe, les tailler en rondelles épaisses avec un couteau éminceur.
- 4 Ebarber le poireau avec le couteau d'office, le fendre en deux dans le sens de la longueur. Laver sous l'eau froide afin d'enlever d'éventuelles traces de terre.
- 5 Mettre les carottes, l'oignon, les gousses d'ail, le

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour la viande

900 g **Tendron de veau**

Ingrédient pour les oignons

10 **Oignon(s) grelot(s)**
15 g **Beurre**
2 c. à soupe **Sucre semoule**
25 cl **Eau**

Ingrédients pour les champignons

400 g **Champignon(s) de Paris**
1 **Citron(s)**
15 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le bouillon

poireau, le céleri, le bouquet garni et le gros sel dans la cocotte avec la viande.

- 6 Recouvrir avec l'eau froide et porter à ébullition.
- 7 Baisser le feu, laisser cuire pendant 1 heure en écumant régulièrement.

Étape 3

Cuisson des oignons grelots

- 1 Eplucher les oignons grelots avec le couteau d'office.
- 2 Faire chauffer une casserole et faire fondre le beurre.
- 3 Ajouter les oignons grelots, l'eau et le sucre.
- 4 Laisser cuire sur feu doux pendant 20 minutes jusqu'à ce que le liquide se soit un peu évaporé et que les oignons soient légèrement dorés.
- 5 Réserver au chaud.

Étape 4

Préparation des champignons

- 1 Peler le chapeau des champignons avec le couteau d'office puis couper leur pied terreux.
- 2 Couper les champignons en deux s'ils sont trop gros.
- 3 Faire chauffer la sauteuse, faire fondre le beurre.
- 4 Faire revenir les champignons pendant 5 minutes en remuant avec une spatule.
- 5 Extraire le jus du citron avec un presse-agrumes et le verser sur les champignons.
- 6 Remuer et laisser cuire pendant encore 5 minutes sur feu moyen.

Étape 5

Réalisation de la sauce

- 1 Egoutter la viande à l'aide de l'écumoire et la réserver au chaud.
- 2 Oter les légumes du bouillon, réserver les carottes qui seront ajoutées dans la blanquette lors du dressage.
- 3 Filtrer le bouillon à travers un chinois, le réserver.
- 4 Faire chauffer une casserole avec le beurre.
- 5 Quand le beurre crépite, ajouter la farine d'un coup.
- 6 Mélanger à la spatule jusqu'à ce que le beurre soit absorbé par la farine et que le roux colore légèrement.
- 7 Prélever plusieurs louches de bouillon chaud, les verser progressivement dans le roux tout en mélangeant. Ajouter suffisamment de bouillon pour obtenir une sauce fluide mais consistante.
- 8 Mélanger vivement avec un fouet. Si la sauce est trop épaisse, ajouter un peu de bouillon.
- 9 Mélanger le jaune d'œuf avec la crème épaisse dans un bol, verser ce mélange dans la sauce.
- 10 Fouetter vivement et rectifier l'assaisonnement en sel et en poivre si nécessaire.

2 **Carotte(s)**
1 **Poireau**
1 **Oignon(s)**
2 **Gousse(s) d'ail**
1 branche(s) **Céleri-Branche**
1 **Bouquet garni**
2 unité(s) entière(s) **Clou(s) de girofle**
1 c. à soupe **Gros sel**
3 litre(s) **Eau**

Ingrédients pour la sauce

1 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
2 c. à soupe **Crème fraîche épaisse**
70 g **Farine**
70 g **Beurre**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le service

1 **Persil plat**

Étape 6

Dressage

- 1 Ajouter la viande, les champignons, les carottes et les oignons grelots dans la sauce.
- 2 Mélanger sur feu doux puis verser dans un plat de service.
- 3 Parsemer de persil ciselé et servir bien chaud.