



Veau

Ris de veau à la forestière



1h50 **30 min** **20 min** **1h** **474**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la viande

1 kg **Ris de veau**
2 litre(s) **Eau**
2 c. à soupe **Vinaigre d'alcool blanc**
30 g **Beurre**

Ingrédients pour la sauce forestière

200 g **Champignon(s) de Paris**
200 g **Cèpe**
2 **Echalote(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
5 branche(s) **Persil plat**
1 c. à café **Fond brun de veau**
10 cl **Vin blanc**
20 cl **Crème liquide (fleurette)**
2 c. à soupe **Huile d'arachide**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**

Étape 1

Préparation des ris de veau

- 1 Limoner et dégorger les ris de veau.
- 2 Laisser tremper pendant 1 heure pour éliminer toute trace de sang.
- 3 Egoutter les ris de veau et les blanchir pendant 10 minutes.
- 4 Egoutter et laisser refroidir. Enlever la peau extérieure ainsi que les parties grasses.
- 5 Cette étape peut être réalisée la veille.

Étape 2

Préparation de la sauce forestière

- 1 Eplucher et ciseler les échalotes.
- 2 Eplucher et hacher l'ail.
- 3 Nettoyer et émincer les champignons.
- 4 Laver, effeuiller et ciseler le persil plat.
- 5 Faire chauffer l'huile dans la sauteuse et faire revenir les échalotes ciselées. Une fois dorées, ajouter l'ail haché et les champignons émincés.
- 6 Remuer, assaisonner de sel et poivre. Laisser cuire

pendant 5 minutes, puis saupoudrer de fond de veau.

7 Déglacer avec le vin blanc.

8 Verser la crème et mélanger. Réduire la sauce sur feu doux pendant 10 minutes et ajouter le persil finement haché.

Étape 3

Finalisation et dressage

1 Couper les ris de veau en tranches épaisses.

2 Faire chauffer le beurre dans la poêle, faire dorer les tranches des deux côtés pendant 5 minutes. Saler et poivrer.

3 Servir les ris de veau avec la sauce forestière dans des assiettes chaudes.