

Viandes variées
Pot au feu



4h10 **40 min** **3h30** **0** **552**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
 pour **10** personnes

**Ingrédients pour les
 viandes**

500 g **Paleron de boeuf**
 800 g **Queue(s) de boeuf**
 500 g **Plat de côtes de boeuf**
 800 g **Jarret(s) de veau**
 800 g **Jarret(s) de porc**
 1 **Os à moelle**

**Ingrédients pour la
 garniture**

10 **Carotte(s)**
 10 **Champignon(s) de Paris**
 3 **Oignon(s)**
 5 **Poireau**
 1 **Boule de céleri**
 1 **Gousse(s) d'ail**
 2 c. à soupe **Huile d'olive**
 1 **Sel**
 1 **Poivre**
 1 **Gros sel**

Étape 1

Préparation des légumes

- 1 Éplucher les oignons et les couper en 2 dans la largeur. Les déposer dans un plat.
- 2 Éplucher et dégermer l'ail. Réserver dans le plat.
- 3 Éplucher les carottes et réserver dans le plat, avec les champignons de Paris équeutés et lavés.
- 4 Couper la base des poireaux et réserver la partie verte pour confectionner le bouquet garni. Inciser la moitié supérieure du blanc.
- 5 Laver le blanc et le vert des poireaux.
- 6 Couper les blancs de poireaux en 2 tronçons, les ficeler entre eux en serrant bien la ficelle. Réserver dans le plat.
- 7 Couper en deux la boule de céleri et enlever la peau d'une moitié à l'aide d'un couteau.
- 8 Couper en quartier pas trop petits et enlever la partie molle au cœur. Réserver dans le plat.
- 9 Confectionner le bouquet garni avec une feuille de vert de poireau, 2 tiges de persil repliées, une feuille de laurier et une branche de thym.
- 10 Enrouler le tout dans une autre feuille de poireau et bien

ficeler comme un rôti.

Étape 2

Préparation des viandes

- 1 Prendre la queue de bœuf, bien la ficeler serré pour pouvoir la récupérer après la cuisson. Couper l'excédent de ficelle.
- 2 Prendre le morceau de paleron de bœuf, le ficeler comme un rôti.
- 3 Ficeler également le morceau de jarret de veau, les plats de côte de bœuf et le morceau de jarret de porc qui cuiront à part pour le pot au feu.
- 4 Prélever une partie des os à moelle, les réserver avec les viandes ficelées. Réserver le reste qui cuira à part.
- 5 Assaisonner les viandes de gros sel, de sel fin et de poivre.

Étape 3

Cuisson

- 1 Faire chauffer de l'huile dans une sauteuse, faire revenir les morceaux de viande. Ne pas piquer la viande quand on la retourne.
- 2 Quand ils sont bien colorés, les réserver.
- 3 Dans la même sauteuse, « brûler » l'oignon : déposer la partie coupée vers la poêle, cela servira à colorer le bouillon.
- 4 Quand ils sont bien noircis, les réserver avec la viande.
- 5 Dans une marmite remplie d'eau froide, mettre les morceaux de viande et les os à moelle prélevés. Recouvrir d'eau en ne laissant dépasser aucun morceau de viande.
- 6 Soulever délicatement la viande, puis porter à ébullition.
- 7 Au fur et à mesure que l'écume remonte, écumer puis soulever à nouveau délicatement la viande.
- 8 Quand l'eau commence à bouillir, baisser le feu.
- 9 Ecumer à nouveau, saler. Laisser l'ébullition reprendre, cuire ainsi pendant 5 à 10 minutes.
- 10 Ecumer puis plonger les oignons brûlés, les poireaux, les carottes, le céleri, l'ail, les champignons et le bouquet garni.
- 11 Ajouter un peu de poivre et laisser frémir, légèrement à couvert, pendant 3 h, en écumant régulièrement.

Étape 4

Cuisson des os à moelle

- 1 Prendre une casserole d'eau froide, déposer les os à moelle réservés.
- 2 Ajouter du gros sel et porter à ébullition.
- 3 Quand l'eau bout, écumer un peu. Ajouter le thym et le laurier.
- 4 Laisser frémir pendant 10 minutes en écumant

régulièrement.

- 5 Quand les os à moelle sont cuits, retirer la casserole et les laisser refroidir dedans.
- 6 Quand le pot au feu est cuit, éteindre le feu et laisser reposer à couvert pendant 15-20 minutes.
- 7 Quand le pot au feu a reposé, retirer délicatement à l'écumoire les carottes, les champignons, le céleri, le fagot de poireaux et les viandes. Les réserver dans un plat.
- 8 Ajouter dans le plat les os à moelle cuits.
- 9 Couvrir d'une feuille d'aluminium pour éviter que les ingrédients ne sèchent.
- 10 Filtrer le bouillon au travers d'un chinois posé sur un saladier.
- 11 Dans un autre récipient, filtrer de nouveau le bouillon au travers d'une passoire recouverte de 2 feuilles de papier absorbant.
- 12 Réserver le bouillon.

Étape 5

Dressage

- 1 Dfficeler les viandes et le poireau.
- 2 Dresser les morceaux de viande dans un plat.
- 3 Découper les légumes en morceaux et les disposer autour de la viande. Ajouter les os à moelle.
- 4 Pour la décoration, ajouter quelques feuilles de laurier et de thym.
- 5 Arroser le plat de bouillon, servir le reste du bouillon à part.