Thomas L'Hérisson

Veau

Ris de veau cuit meunière, carottes au beurre de gingembre

1h	30 min	30 min	0	579
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation des ris de veau

1. Plonger les ris de veau dans une casserole d'eau froide salée. Porter à ébullition sur feu vif.
2. A ébullition, baisser sur feu moyen et laisser cuire pendant 5 minutes.
3. A l'aide d'une écumoire, déposer les ris de veau dans un plat recouvert d'un torchon, les envelopper.
4. Déposer un poids sur les ris pour les presser. Laisser refroidir à température ambiante.

Étape 2

Préparation des carottes au beurre de gingembre

1. Couper les extrémités des carottes, les éplucher avec un économe.
2. Désépaissir les carottes à l'aide de l'économe pour obtenir des cylindres de taille régulière. Réserver les parures pour le dressage.
3. Aligner les carottes, les tailler à la même longueur avec un couteau éminceur. Réserver sur une assiette.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les abats

- 800 g **Ris de veau**
- 1 **Citron(s) vert(s)**
- 3 c. à soupe **Farine**
- 1 trait **Huile d'olive**
- 20 g **Beurre**
- 1 **Sel**
- 1 **Poivre**

Ingrédients pour les carottes au beurre de gingembre

- 1 kg **Carotte(s)**
- 80 g **Beurre**
- 10 g **Gingembre frais**
- 1 **Fleur de sel**

Ingrédients pour la sauce

- 50 cl **Fond brun de veau**
- 30 g **Beurre**

4 Peler le gingembre avec un couteau d'office.

5 Faire chauffer une poêle avec du beurre sur feu doux.

6 Lorsque le beurre mousse, déposer les carottes dedans et remuer la poêle.

7 Assaisonner de sel et couvrir. Laisser cuire sur feu très doux en les remuant de temps en temps.

Étape 3

Cuisson des ris de veau

1 Pendant la cuisson des carottes, faire cuire les ris de veau.

2 A l'aide d'un couteau d'office, retirer la membrane qui entoure les ris de veau.

3 Assaisonner les ris de veau de sel puis les rouler dans une assiette de farine.

4 Faire chauffer une cocotte avec de l'huile d'olive.

5 Une fois l'huile chaude, déposer les ris de veau dans la cocotte.

6 Faire colorer la face la plus bombée, puis les retourner.

7 Surveiller la cuisson des carottes. Le beurre ne doit pas brûler.

8 Baisser le feu des ris de veau, ajouter le beurre.

9 Arroser régulièrement les ris de veau de beurre avec une cuillère à soupe.

10 Préparer une feuille de papier absorbant sur une assiette.

11 Couper un citron en deux, le presser sur les ris de veau. Les arroser de jus de cuisson.

12 Débarrasser les ris de veau sur le papier absorbant.

13 Vérifier la cuisson des carottes avec la pointe d'un couteau qui doit pénétrer facilement.

14 Râper le gingembre au dessus de la poêle sur les carottes. Remuer la poêle.

15 Couvrir la poêle et ôter du feu.

16 Verser le fond de veau dans une casserole, le porter à ébullition sur feu vif.

17 A ébullition, ajouter le beurre et le laisser réduire pour qu'il épaississe.

18 Mélanger avec une cuillère à soupe puis assaisonner de poivre. Débarrasser.

Étape 4

Dressage

1 Egoutter les carottes sur une assiette recouverte de papier absorbant.

2 Assaisonner les parures de carottes avec du sel, du vinaigre de vin, de l'huile de noisette et mélanger.

3 Tailler les pommes de ris de veau en tranches d'environ 1 centimètre.

4 Déposer les carottes sur une assiette de dressage,

1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

3 cl **Huile de noisette**
1 cl **Vinaigre de vin**
1 **Fleur de sel**
1 **Poivre**

déposer quelques tranches de ris de veau à cheval sur les carottes.

5. Assaisonner les ris de veau de fleur de sel et verser un peu de jus de veau et du beurre de gingembre.

6. Finir avec quelques lamelles de carottes crues sur les ris de veau.