Poitrine de veau farcie de chair à saucisse et de graines de courge

Durée totale: 1 h 50 min

Temps actif: 40 min

Moyenne



Ingrédients

Pour 8 personnes

1.3 kg	poitrine de veau suisse (aplatie par le boucher dans la mesure du possible)
250 g	chair à saucisse de veau suisse
	sel
	poivre noir du moulin
40 g	graines de courge
5 branches	estragon
2	carottes
250 g	céleri
1	poireau
2	oignons
2 cs	huile de tournesol HO ou huile de colza HOLL
5 dl	vin rouge
3 dl	bouillon des légumes
800 g	pommes de terre
1	gousse d'ail
20 g	beurre
2 dl	crème
	noix de muscade fraîchement moulue
600 g	haricots verts
100 g	lard à cuire de porc suisse en tranches

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

776	kcal
43 g	de protéines
21 g	de glucides
52 g	de lipides

Sans gluten

Contient du lactose

Conseil

Ne pas utiliser de la chair à saucisse de veau pour la farce, mais la chair d'une saucisse à rôtir crue.

Préparation

1. Étaler la poitrine de veau sur le plan de travail, saler et poivrer des deux côtés. Hacher grossièrement les graines de courge, ciseler finement l'estragon. Mélanger le tout avec la chair à saucisse et étendre en couche régulière sur la poitrine de veau en laissant un bord de 2 cm. Rouler la poitrine de veau et la ficeler avec de la ficelle de cuisine.

2. Couper grossièrement les carottes, le céleri et le poireau, peler les oignons et les couper en deux.

3. Chauffer l'huile dans une poêle et faire dorer la poitrine de veau de tous les côtés pendant environ 4-5 minutes. Placer dans un plat allant au four, ajouter les légumes, mouiller avec le vin rouge et le bouillon et cuire 60-70 minutes dans la partie inférieure du four préchauffé à 180º C (dans un four à air chaud à 160º C). Arroser de temps en temps avec le liquide de cuisson.

4. Entretemps, peler les pommes de terre et les couper en fines tranches. Éplucher l'ail. Frotter un plat allant au four avec la gousse d'ail, badigeonner de beurre et y placer les tranches de pommes de terre par couches. Assaisonner généreusement la crème avec du sel et de la muscade et la verser sur les pommes de terre. Cuire 40-45 minutes dans la partie supérieure du four en même temps que la viande.

5. Pendant ce temps, cuire les haricots dans de l'eau, les égoutter et les réserver.

6. À la fin du temps de cuisson, sortir la poitrine de veau du four et la laisser reposer 10 minutes. Couper le lard en tranches et le faire rôtir sans graisse dans une poêle jusqu'à ce qu'il soit croustillant. Ajouter les haricots, mélanger et saler légèrement.

7. Couper la poitrine de veau en tranches, servir avec le jus de cuisson, les haricots et le gratin.