Rôti de veau au four avec sauce aux baies de cynorhodon

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 1 h 55 min
Temps actif: 2 h
Marinage: 35 min
Moyenne



Ingrédients

Pour 6 personnes

1.2 kg	cou de veau suisse
7	grains de poivre noir
1	citron pour le jus
400 g	baies de cynorhodon fraîchement cueillies
2	petits oignons de printemps
1	citron vert bio
	sel
1 pointe de couteau	flocons de piment
2 cc	miel
1 cs	huile d'olive
1 bouquet	coriandre
1 cs	beurre à rôtir
1	oignon
2	gousses d'ail
2 dl	vin blanc sec
2 dl	fond de veau
1	chou pointu
1 cs	beurre
	un peu de noix de muscade fraîchement râpée

Valeurs nutritives

1 portion (sans les pommes de terre violettes) contient env.:

447	kcal
43 g	de protéines
28 g	de glucides
11 g	de lipides

Sans gluten
sans lactose

Préparation

1 Essuyer le cou de veau. Écraser grossièrement le poivre, ajouter le jus de citron et bien frotter le tout sur le cou de veau. Déposer la viande dans un saladier, couvrir avec une assiette et laisser mariner 2 heures.

Viande Suisse

Mon choix.

2 Pendant ce temps, couper les baies de cynorhodon en deux, les épépiner et les couper en fines lamelles. Couper les oignons de printemps en fines rondelles. Laver le citron vert à l'eau chaude, râper finement le zeste et presser le jus. Mélanger le tout dans un saladier et assaisonner de sel et de flocons de piment. Ajouter le miel et l'huile d'olive, puis la coriandre, après l'avoir équeutée. Réserver la préparation.

3 Dans une cocotte plate, faire fondre le beurre à rôtir à feu vif. Y saisir le cou de veau de tous côtés pendant env. 6 minutes en tout. Couper l'oignon et les gousses d'ail en deux, les ajouter à la viande avec le vin blanc et le fond de veau, puis faire cuire le tout au four à chaleur supérieure et inférieure préchauffé à 180° C (160° C pour un four à chaleur tournante) pendant 75-80 minutes sans couvrir.

4 30 minutes avant la fin de la cuisson, couper le chou pointu en fines lanières et le faire revenir dans le beurre à feu moyen pendant 8-10 minutes. Assaisonner de sel, de poivre et de muscade. Couvrir et réserver au chaud.

5 Sortir le rôti du four et ajouter un peu de fond de viande à la sauce. Couper le rôti en tranches et servir avec la sauce aux baies de cynorhodon et le chou pointu.

Accompagner de pommes de terre violettes.