

Blanquette de Veau - ragout blanc



La différence est là.

- Durée totale: 2 h
- Temps actif: 30 min
- Moyenne



Ingrédients

Pour 6 personnes

- 1 kg** épaule de veau suisse
- 1 paquet** légumes à soupe
- 7** grains de poivre noir
- 1** clou de girofle
- 2** feuilles de laurier
- 2** carottes
- 1 botte** oignons de printemps
- 200 g** champignons
sel
poivre du moulin
- 2** jaunes d'œufs
- 2 dl** crème
- 3 tiges** estragon

Valeurs nutritives

1 portion (sans le riz au beurre) contient env.:

- 369** kcal
- 37 g** de protéines
- 5 g** de glucides
- 22 g** de lipides

Sans gluten

Contient du lactose

Traçable de l'assiette à la ferme:

Chaque morceau de viande suisse peut être tracé sans faille jusqu'à la ferme.

Préparation

- 1 Placer l'épaule de veau dans une grande cocotte et bien recouvrir la viande d'eau froide. Couvrir et porter à ébullition à feu moyen.
- 2 Pendant ce temps, parer le bouquet garni et le couper en gros morceaux. Ramener à petit feu et retirer l'écume à l'aide d'une louche.
- 3 Ajouter le bouquet garni, le poivre, le clou de girofle et les feuilles de laurier, couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant env. 1,5 heure. La viande est cuite lorsqu'il est possible d'y piquer facilement une fourchette à viande: la sortir alors du bouillon et réserver.
- 4

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



La différence est là.

Passer le bouillon au tamis fin au-dessus de la cocotte et faire réduire de moitié à feu moyen. Pendant ce temps, peler les carottes et les couper en fines rondelles. Couper finement le poireau de printemps et couper les champignons en quartiers. Mettre le tout dans le bouillon et laisser mijoter 3-4 minutes. Saler et poivrer.

5 Retirer la cocotte du feu. Mélanger les jaunes d'œufs et la crème, verser la préparation dans le bouillon très chaud – mais qui ne bout plus – afin de le lier. Couper l'épaule de veau en bouchées et les mettre dans la sauce.

6 Éfeuiller l'estragon, l'ajouter à la blanquette, mélanger et servir sur des assiettes préchauffées.

Accompagner de riz au beurre.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.