Blanquette de Veau – ragoût blanc

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.

Viande Suisse
Mon choix.

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

Accompagner de riz au beurre.