


Ossobuco alla milanese avec risotto crémeux au safran



Mon choix.

 Durée totale: 2 h 30 min

 Temps actif: 1 h

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 jarrets de veau suisse d'env. 250 g chacun
- sel
- poivre noir du moulin
- 2 oignons
- 3 gousses d'ail
- 2 carottes
- 1 poireau
- 2 tiges céleri-branche
- 2 cs beurre à rôtir
- 2 cs farine
- 5 dl vin rouge sec
- 2 feuilles de laurier
- 2 brins romarin
- 1 boîte tomates pelées (400 g)
- 1 bouquet persil
- 1 citron bio
- 5 cs huile d'olive
- 1 échalote
- 300 g riz à risotto
- 3 dl vin blanc sec
- 1 safran moulu
- 7.5 dl bouillon de légumes
- 50 g sbrinz AOP, râpé
- 30 g beurre

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

- 967 kcal
- 50 g de protéines
- 76 g de glucides
- 36 g de lipides

 Contient du gluten

 sans lactose

L'aide d'un professionnel

Ton boucher entaillera volontiers les jarrets pour toi.

Préparation

- 1 Entailler le tissu conjonctif entourant les jarrets de veau, les attacher avec de la ficelle de cuisine, saler et poivrer.
- 2 Peler et hacher les oignons, peler et écraser un tiers des gousses d'ail. Laver et couper finement les carottes, le poireau et le céleri branche.
- 3 Chauffer le beurre à rôtir à haute température dans une cocotte. Tourner les jarrets de veau dans la farine et les faire revenir 2-3 minutes. Retirer de la cocotte.
- 4 Ajouter les légumes préparés, les faire revenir rapidement. Déglacer avec le vin rouge. Ajouter la feuille de laurier et le romarin, faire réduire, ajouter les tomates, porter à ébullition. Remettre les jarrets et laisser braiser à feu moyen pendant environ 90 minutes à couvert. Retourner la viande de temps en temps.
- 5 Pour la gremolata, hacher le persil, laver le citron à l'eau chaude, râper le zeste, peler et hacher un tiers des gousses d'ail. Mélanger le tout avec env. la moitié de l'huile d'olive, bien saler et poivrer. Réserver.
- 6 Pour le risotto, peler et hacher l'échalote et l'ail restant. Faire revenir dans le reste de l'huile d'olive à feu moyen jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter le riz et le nacrer en remuant. Déglacer avec la moitié du vin, laisser réduire, puis répéter avec l'autre moitié du vin. Ajouter le safran.
- 7 Ajouter peu à peu juste assez de bouillon pour couvrir le riz. Laisser mijoter 20-25 minutes en remuant, jusqu'à ce qu'il soit crémeux. Y incorporer le sbrinz et le beurre.
- 8 Servir l'ossobuco avec la gremolata et le risotto.