



La Recette du mois

NOVEMBRE 2023



Sauté de veau aux champignons et légumes d'Automne

Dès que les températures s'y prêtent, on aime toujours se réfugier dans un bon petit plat mijoté. Le sauté de veau en est la parfaite illustration !



4 personnes



20 minutes



2 heures

POUR CUISINER CE PLAT VOUS AUREZ BESOIN DE :

A LA BOUCHERIE DE LA CITE-JARDIN :



700-800g de sauté de Veau

CHEZ VOTRE EPICIER :



400 g de
champignons
(de saison)



2 carottes,
2 poireaux,
1 oignon



2 gousses
d'ail



2 cuillères à
soupe d'huile
de tournesol



1/2 L de
bouillon de
veau/légumes



1 verre de vin
blanc sec



1 cuillère à
soupe de
farine



Thym et
persil frais



Beurre, sel
et poivre

Les étapes de la Recette :

1

Faire revenir les champignons au beurre puis les réserver.

Faire revenir l'oignon et l'ail dans l'huile. Ajouter le veau et faites dorer.

2

3

Saupoudrer de farine (cela s'appelle singer) et mélanger, laisser légèrement accrocher dans la casserole puis incorporer les légumes, verser le vin, laisser réduire et le bouillon. N'hésitez pas à décoller les sucs avec votre cuillère à chaque fois que vous incorporez un liquide (déglacer).

Ajouter le thym et porter à ébullition. Puis baisser à feu doux et laissez mijoter à couvert pendant 1h30 jusqu'à tendreté.

4

5

En fin de cuisson, ajouter le beurre ou un peu de crème fraîche pour les plus gourmands. Ajuster l'assaisonnement et garnir de persil fraîchement haché.

Servir avec des pommes de terre en purée, et les légumes/champignons de cuisson.

6

C'est prêt Bon appétit !

N'hésitez-pas à nous partager vos festins :

 *boucherie_suresnes*

 *Boucherie de la Cité-jardin*