

## COCOTTE DE SAUTE DE VEAU AU MIEL, POIREAUX, CITRON CONFIT ET POIVRE DE SECHUAN



**Facile    Préparation: 10 mn    Cuisson: environ 65 mn environ**

### **Pour 4 cocottes:**

- 1 ,5 kg de tendron de veau (en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur)
- 2 échalotes et 1/2 gousse d'ail finement ciselées
- 1 càs de miel d'acacia
- 4 blancs de poireaux
- 1 càs de poivre de sechuan (ou sichuan)
- 2 lamelles de citron confit par cocotte
- QS d'huile d'olive + une noisette de beurre
- 1/2 l de bouillon de volaille
- Sel

Préchauffer le four à 200°.

Couper les tendrons de veau en morceaux de 6 à 7 cm de long.

A feu moyen, dans une cocotte en fonte, faire fondre sans coloration l'ail et les échalotes ciselées dans un peu d'huile d'olive. Débarasser sur une assiette.

Dans le même ustensile, en rajoutant une noisette d'huile, faire colorer les morceaux de viande sur toutes leurs faces, saler, ajouter le miel, la moitié du poivre de Sechuan et mouiller avec le bouillon. Porter à ébullition et enfourner pour une petite heure.

Pendant le temps de la cuisson, du veau, laver et parer les poireaux. Les couper en tronçons de la même longueur que le veau et les cuire à part dans un petit fond d'eau bouillante salée. Dès qu'ils sont cuits, les égoutter puis les plonger dans l'eau glacée pour qu'ils restent bien verts avant de les égoutter à nouveau. Réserver.

Lorsque le veau est cuit, sortir la viande de la cocotte, et faire réduire le jus si nécessaire, rectifier l'assaisonnement.

### **Finition et dressage:**

Réchauffer rapidement les poireaux dans un peu de beurre, les répartir dans le fond des cocottes, verser un peu de jus (pas trop), ajouter les lamelles de citron et parsemer de poivre de sechuan. Servir bien chaud.