

ZE BLANQUETTE DE VEAU



Pour mon Coup de Cœur du dimanche, une recette trouvée sur [l'Espace Recette !](#)

J'ai un peu modifié les quantités et ajouté quelques ingrédients à la sauce

Ingrédients :

- 130 g oignon
- 10 g de pâte d'ail
- 20 g d'huile d'olive
- 700 g d'épaule de veau
- 220 g de champignons de Paris
- 1,5 c à c de gros sel
- 3 clous de girofle
- 6 grains de poivre noir
- 220 g de carottes, épluchées et coupées en rondelles
- 1 feuille de laurier
- 1 brin de thym
- 700 g d'eau

- pour la sauce :
- 40 g de farine
- 50 g de beurre
- 1 jaune d'œuf
- 1 c à s bombée de crème épaisse
- 1 c à s de jus de citron

Préparation :

- mettre dans le bol, l'oignon coupé en quatre et la pâte d'ail, mixer 5 secondes à vitesse 5 puis racler les bords avec la spatule
- puis ajouter l'huile et programmer 5 minutes à 100° à vitesse 3

- à la sonnerie, verser le veau coupé en gros cubes, le poivre, le sel, le laurier, le thym, les clous de girofle, les carottes, puis les 700 g d'eau. Programmer 40 minutes à 100°, en sens inverse, vitesse 1
- à l'arrêt de la minuterie, ajouter les champignons de Paris, mélanger avec la spatule
- à la sonnerie, vider le contenu du bol dans une passoire au-dessus d'un grand saladier
- Réserver 600 g de bouillon dans le bol
- Préparer la sauce en versant la farine dans le bouillon, ainsi que le beurre
- puis placer la viande dans le panier de cuisson et le placer dans le bol, cuire 10 minutes à 90° à vitesse 4
- dresser la viande dans un plat, ajouter dans le bol, le jaune d'oeuf, la crème, le citron et régler 1 minutes à 90° vitesse 3
- à l'arrêt de la minuterie napper la viande et servir avec du riz, des pommes de terre vapeur, etc...

THERMOMINOUX 2013

<http://thermominoux.over-blog.com>