

OSSO-BUCO DE VEAU

Avril 2003 (Actualisé en mars 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 1 Kg d'osso buco (jarret de veau)
- ★ 1 bel oignon paille
- ★ 1 Kg de tomates
- ★ 1 cuillère à soupe de Maïzena
- ★ 400 g de champignons de Paris frais
- ★ 12,5 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 2 gousses d'ail
- ★ 2 cuillères à café de fond de veau déshydraté
- ★ 1 bouquet garni
- ★ 80 g de beurre (50 + 30)
- ★ Sel fin, poivre moulu

Ustensiles : Cocotte en fonte, 2 casseroles, Égouttoir, Saladier, Poêle

Préparation : 20 mn

Cuisson : 2h00

Difficulté : Assez facile

Coût (indicatif) : 19,00 € (soit 4,75 € par personne)



Recette :

Peler l'oignon, le couper en rondelles. Peler les gousses d'ail. Mettre les tomates dans une casserole d'eau bouillante durant 1 minute. Les égoutter et les peler à chaud, les concasser. Dans une petite casserole verser 1 dl d'eau, à feu doux porter à frémissement; ajouter le fond de veau déshydraté et arrêter alors la cuisson, bien mélanger. Mettre 50 g de beurre dans une cocotte en fonte et faire revenir les morceaux de veau. Lorsqu'ils sont bien dorés, saupoudrer avec la Maïzena, remuer, baisser le feu, mouiller avec le bouillon, le vin blanc. Assaisonner, ajouter le bouquet garni, les gousses d'ail et les oignons.

Incorporer les tomates et laisser cuire à feu doux, couvert 2 heures. Laver et éplucher les champignons, les émincer et les faire tremper rapidement dans de l'eau vinaigrée. Les égoutter et les faire suer à feu doux dans une poêle avec le reste de beurre, saler, poivrer et laisser évaporer l'eau rendue par les champignons; arrêter la cuisson avant dessèchement. Ajouter les champignons 30 minutes avant la fin de cuisson de la viande. Servir avec des pâtes (macaroni, tagliatelles), du riz (risotto) ou de la purée de pommes de terre.

i L'osso-buco (ou osso-bucco) est une spécialité milanaise à base de tronçons de jarret de veau (viande moelleuse et gouteuse) d'environ 2 à 3 cm d'épaisseur, mijotés dans une préparation à base de vin blanc, tomate, oignon, ...

Pour gagner du temps, on peut remplacer les tomates fraîches par des tomates pelées au naturel en boîte (4/4) et les champignons de Paris frais par une boîte (1/2) de champignons émincés.

Boisson :

Un Chénas servi à 16°C ou un rosé de Bandol servi à 8°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.