

PAUPIETTES DE VEAU (CUISSON)

Juillet 2003 (Actualisé en mars 2018)

Ingrédients (4 personnes) :

- ★ 4 paupiettes de veau
- ★ 1 oignon paille ou blanc
- ★ 4 tomates moyennes
- ★ 12 cl de vin blanc sec (Sauvignon)
- ★ 1 cuillère à café de fond de veau déshydraté
- ★ 1 cuillère à soupe de porto rouge
- ★ 50 g de margarine
- ★ 1 demi-cuillère à café de thym de Provence
- ★ 10 baies roses
- ★ Sel fin, poivre du moulin

Ustensiles : Casserole, Cocotte en fonte

Préparation : 10 mn

Cuisson : 1h30

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 10,10 € (soit 2,53 € par personne)



Recette :

Eplucher l'oignon, laver les tomates. Dans une petite casserole mettre 10 cl d'eau, porter à frémissement, couper le feu, ajouter le fond de veau et mélanger. Faire fondre la margarine dans la cocotte, y placer les paupiettes et faire dorer sur toutes les faces à feu vif.

Lorsque la viande est bien colorée, baisser le feu sous la cocotte, ajouter les tomates, l'oignon, le fond de veau, le vin blanc, le porto. Parsemer du thym de Provence, des baies roses, saler et poivrer. Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 1h30 en retournant de temps en temps les paupiettes. Servir avec des pâtes, de la purée ou du riz blanc.

Boisson :

Un Cahors servi à 14°C ou un Saumur-Champigny servi à 16°C. (*)

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