

Jarret de veau à la milanaise — Revisité !



Les 2 pièces du boucher – 1,6kg



Le plat servi – Ici 1 pièce pour 2

Ingrédients – Convives : 2 – Préparation : 10 min – Cuisson : légumes 10 min, viande 3h



Jarret 5cm épais



2 càs de farine



4 càs H. olive



50g de beurre



1 carotte hachée



1 oignon haché



1 branche céleri



4 F. de sauge



1 bte de tomates



1 bouquet garni



1 ail écrasé



2 càc fond veau



25cl blanc sec



Poivre – 2*3 tours



Sel – 1 pincée

Préparation — Avec une petite cocotte en fonte et son couvercle.

1. Couper la carotte en 4 dans le sens de la longueur, puis la débiter en petits cubes.
2. Si la couenne est sur les jarrets, faire 4 ou 5 incisions sur le bord de chaque tranche pour les empêcher de s'incurver pendant la cuisson. Saler (léger) et poivrer 2*3 tours et les fariner.
3. Chauffez l'huile dans une cocotte en fonte, à feu modéré, et faites revenir rapidement les jarrets 2 min par face. Les retirez de la sauteuse et les réserver.
4. Faites fondre du beurre dans la sauteuse, ajoutez la carotte, l'oignon émincé, le céleri.
5. Après 10 min, rajouter le vin blanc et 2 càc de fond de veau. Remuer, laisser prendre 3 min.
6. Remettre le jarret avec les légumes, rajouter les tomates pelées et q.q. herbes.
7. Saler léger, poivrer et bien remuer. Couvrir. Laissez frémir à feu moyen pendant 3h.
8. Servez ce plat brûlant, avec un risotto ou des tagliatelles ou un légume de votre choix.

Note de l'auteur : Préférable de faire cuire le jarret à la cocotte minute !

* * * 30 Nov. 2019 * * *

Veau_jarret_milanais.doc