

Blanquette de Veau à l'Orange

Nombre de personnes: 4

Marinade : une journée avant

Temps de préparation: 2 heures

Ingrédients:

- 1 bouquet garni
- 50 g de beurre
- 1 kg de blanquette de veau
- 2 carottes
- 1 citrons
- 4 clous de girofle
- 2 c à soupe de farine
- 1 jaune d'œuf
- 1 gros ou 2 petits oignons
- 2 petits poireaux
- Sel
- Poivre
- 10 cl de crème fraîche épaisse
- 1 cube de bouillon de légumes
- 3 oranges
- Un peu de coriandre en poudre

Recette:



- La veille : prélevez le zeste d'un orange et coupez le en fine lamelles. Pressez 2 oranges. Faites mariner la blanquette dans le jus d'orange et le zeste pendant un jour (± 24 heures).
- Le jour même : placez la viande avec la marinade dans une cocotte, couvrez la viande d'eau salée et laissez cuire 30 minutes en écumant si nécessaire.
- Lavez et coupez les légumes en tronçons.
- Nettoyez les oignons, coupez-les en deux et piquez-les avec un clou de girofle.
- Lorsque la viande a cuit les premières 30 minutes, ajoutez le cube de bouillon, le bouquet garni, les légumes et poivrez. Couvrez et laissez mijoter 1 heure.
- Pressez la troisième orange.
- Prélevez le jus de cuisson (à la louche) et filtrez-le. Remettez les légumes dans la cocotte.
- Faites fondre le beurre dans un caquelon, ajoutez la farine, puis en fouettant, ajoutez le bouillon filtré de la blanquette et le jus d'orange.
- Remettez la sauce ainsi liée sur la blanquette et mélangez hors du feu.
- Dans un bol, mélangez la crème fraîche, le jus d'un citron et le jaune d'œuf. Ajoutez-les à la sauce.
- Parsemez légèrement de coriandre.
- Mélangez bien.
- Servez-aussitôt avec du riz ou des pommes de terre nature.