

Blanquette de Veau aux Légumes Variés

Nombre de personnes: 6

Temps de préparation: 1 h 30 min

Ingrédients:

- OIGNON(S)	1
- HUILE D'OLIVE	
- BLANQUETTE DE VEAU	1.2kg
- AIL EN POUDRE	
- CAROTTE(S)	6
- PAPRIKA	1 c à café
- HERBES DE PROVENCE	2 c à café
- MANGE-TOUT (HARICOTS)	250g
- BROCOLI(S)	500g
- SEL	
- POIVRE	

Recette:

- Emincez l'oignon finement.
- Coupez les carottes en petits dés (avec le coupe-légumes)
- Coupez les queues des haricots.
- Faites dorer la viande sur toutes les faces dans de l'huile chaude. Réservez-la sur une assiette.
- Dans la même casserole, faites suer l'oignon puis replacez la viande, ajoutez l'ail en poudre, les carottes, le paprika et les herbes de Provence. Salez et poivrez puis mouillez d'eau (à mi-hauteur).
- Couvrez et laissez mijoter 45 minutes.
- Après 15 minutes, ajoutez les mange-tout.
- Préchauffez le four à 200°C.
- Répartissez dans des mini-cocottes et terminez la cuisson 15 minutes au four.
- Pendant ce temps, détaillez le brocoli en petites fleurs et faites-les cuire dans de l'eau salée. Egouttez.
- Servez les cocottes accompagnées de brocoli nature.

