

Fricassée de veau Natura-Veal



Fricassée de veau aux asperges avec riz au safran. (photo : hurrah GmbH)

Recette pour 4 personnes

Préparation : 20 minutes

Temps total : 2 heures

- 800 g de ragoût de veau Natura-Veal (épaule de veau p. ex.)
- sel, poivre
- 60 g de farine
- 80 g de beurre à rôtir
- 100 g d'oignons
- 50 g de carottes jaunes
- 50 g de céleri-rave
- 1 dl de vin blanc
- 6 dl de fond de veau / bouillon
- 2 dl de crème
- 100 g d'asperges vertes ou blanches (selon la saison, remplacer les asperges par un autre légume)
- 2 cs d'estragon frais (finement haché)

Peler les carottes, les oignons et le céleri-rave et les couper en gros dés. Éplucher les asperges et les faire cuire brièvement dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'elles soient encore un peu fermes, les retirer, les laisser refroidir et les couper en morceaux.

Saler et poivrer le ragoût, le saupoudrer d'un peu de farine et le faire revenir 3 minutes à feu moyen dans le beurre à rôtir. Ajouter les dés de légumes, faire revenir 2 minutes, saupoudrer avec le reste de farine. Mouiller avec le vin blanc et ajouter le fond de veau / bouillon. Couvrir et laisser mijoter à feu moyen pendant 90 minutes jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Retirer la viande de la casserole et la mettre de côté. Mixer le fond et les dés de légumes, puis ajouter la crème. Ajouter la viande et les asperges, porter brièvement à ébullition, rectifier l'assaisonnement si nécessaire et ajouter l'estragon.

Cette recette a été élaborée par le cuisinier Dominic Fehlmann pour la nouvelle brochure de recettes de Vache mère Suisse.

Il sera possible de la commander dans le shop en ligne de Vache mère Suisse dès que sa version papier sera disponible.

Nous vous souhaitons d'ores et déjà un bon appétit !