

Sauté de Veau à la Moutarde à l'Ancienne

ULTRABLADE



MELANGEUR



Nombre

4 personnes

Préparation

10 minutes

Cuisson

35-40 minutes

Version avec le Companion **modèle XL**



COOKING By Cath

VIANDE

INGREDIENTS :

- 600g sauté de veau
- 10cl crème fraîche
- 20cl vin blanc
- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- 2 càs moutarde à l'ancienne
- 1 Tbsp^[1] maïzena
- Huile olive
- Sel, Poivre

Sortez la viande du frigo environ 1 heure avant de débuter la recette.

ETAPE N°1

- Eplucher les échalotes et les couper grossièrement.
- Eplucher les gousses d'ail et ôter leurs germes^[4]
- Couper le veau en tronçons de 5 cm environ.

ETAPE N°2

Accessoires :

SANS

Paramètres :

--/150°C/8mn

SANS COUVERCLE

- Verser 4 càs d'huile dans la cuve et lancer le robot à 150°C pendant 8 minutes, sans couteau ni couvercle.
- Au bout d'une minute environ, lorsque l'huile est bien chaude, ajouter la viande et la saisir sur toutes ses faces sans trop remuer^[5]
- A 1 minute de la fin du programme, ôter la viande et verser 30ml d'eau dans la cuve.
- Frotter vigoureusement le fond de la cuve avec une louche en bois afin de décoller les sucs de cuisson.

ETAPE N°3

Accessoires :

ULTRABLADE

Paramètres :

Vit.12/--/10s

- Positionner l'Ultrablade dans la cuve du robot.
- Ajouter les échalotes et les gousses d'ail.
- Fermer le couvercle et lancer le robot : Vitesse 12 pendant 10 secondes.

ETAPE N°4

Accessoires :

MELANGEUR

Paramètres :

Slow Cook P1

Vit.3/130°C/5mn

- Oter l'Ultrablade et le remplacer par le mélangeur.
- Ajouter 2càs d'huile d'olive ainsi que la moutarde.
- Fermer le couvercle et lancer le robot avec le programme Slow Cook P1.

ETAPE N°5

Accessoires :

MELANGEUR

Paramètres :

Slow Cook P1

Vit.3/130°C/1mn

- Ajouter le vin blanc.
- Fermer le couvercle et lancer le programme Slow Cook P1 en réduisant la durée à 1 minute.

ETAPE N°6

Accessoires :

MELANGEUR

Paramètres :

Vit.2/90°C/1h30

- Remettre la viande dans la cuve et poivrer.
- Fermer le couvercle et lancer le robot à 90°C, à la vitesse 2 pour une durée de 1h30.

ETAPE N°7

Accessoires :

MELANGEUR

Paramètres :

Vit.4/90°C/5mn

- Diluer la maïzena dans la crème.
- Saler la viande et ajouter le mélange crème/maïzena dans la cuve puis relancer le robot à 90°C, à la vitesse 4 pour 5 minutes.

- Servir aussitôt.



© Copyright : Reproduction interdite sans accord préalable



Cooking & Conservation By Cath

S'il reste de la sauce, conserver la au frigo, elle accompagnera à merveille un plat de pâtes ou de riz ou même des escalopes de volailles.

[1] Référence du kit de micro mesures magnétiques <https://amzn.to/3014Csj>

By Cath
Quesaco

Micromesures en cuisine (norme anglosaxonne) :

1/8 tsp = 0.62 ml	3/4 tsp = 3.75 ml	1/2 Tbsp = 7.5 ml
1/4 tsp = 1.25 ml	1 tsp = 5.00 ml	1 Tbsp = 15 ml
1/2 tsp = 2.50 ml		

[4]

By Cath
Quesaco

Pourquoi ôter le germe des gousses d'ail ?

- 1- Il a un goût amer
- 2- Il est indigeste et peut occasionner des aigreurs d'estomac
- 3- Il renforce la mauvaise haleine par une libération d'éléments riches en soufre

Pourquoi et comment enlever le germe d'une gousse d'ail : <https://youtu.be/qQ5nFSnTfgc>

[5] **Autres appellations :** saisir, faire rissoler, faire dorer ou faire revenir la viande

By Cath
Quesaco

Pourquoi FAIRE RISSOLER la viande avant cuisson ?

- 1 - Pour lui donner une jolie couleur dorée,
- 2- Pour qu'elle soit tendre et juteuse,
- 3- Pour développer les saveurs et préserver les qualites nutritives.
