

OSSO BUCCO

Pour 4 Personnes

Ingrédients :

4 tranches de jarret de veau
3 carottes
400g de tomates concassées
2 oignons
3 gousses d'ail
20cl de vin blanc
10cl d'huile
1 bouquet garni
un peu de farine

Préparation :

Pelez et émincés tous les légumes, coupez en tronçons les carottes, écrasez les gousses d'ail et ôtez leur peau.

Farinez vos morceaux de veau, enlevez l'excédent de farine.

Dans une cocotte en fonte de préférence, mettre un peu d'huile, puis faites revenir vos morceaux de viande pour les colorer.

Ajouter ensuite tous les ingrédients et légumes émincés, oignons, carottes, tomates, ails, le bouquet garni et le sel.

La cuisson plusieurs choix possible:

1h30 dans une cocotte en fonte sur le feu ou induction
45 minutes dans une cocotte minute
2h au four

Servir avec un risotto ou des pâtes fraîches saupoudrez d'une persillade ou sauce Gremolata

Recette de Gremolata :

1 bouquet de persil, 1 zeste de citron et 1 zeste d'orange non traités, 1 gousse d'ail, 1 c.à. soupe d'amande ou de noisettes et de l'anchois, 1 c à soupe d'huile d'olive.
Soit vous mixer le tout, soit vous le coupez très fin (c'est meilleur pour les arômes)

cette sauce verte, s'utilise comme condiment (idéal sur du poisson ou sur une salade)