

Pot-au-feu de Veau de lait du Québec



Type de coupe : rôtis

Rendement : 4 portions

Exécution : facile

Préparation : 20 minutes

Cuisson : dépendamment du mode de cuisson désiré

Ingrédients

- 1 rôti de palette de Veau de lait du Québec de 1 kg (2 lb)
- 1 gousse d'ail entière
- Huile ou beurre en quantité suffisante
- 500 ml (2 tasses) de fond de veau concentré préparé
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil ficelés)
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de piment de la Jamaïque
- Sel et poivre
- 500 ml (2 tasses) d'eau bouillante
- 1,5 kg (12 tasses) de légumes :
 - Carottes coupées en 2 sur la longueur et grillées
 - Navet coupé en morceaux allongés de 2 cm (3/4 po) de diamètre
 - Betteraves jaunes en morceaux allongés de 2 cm (3/4 po) de diamètre
 - Quelques quartiers de chou blanc grillé
 - 1 1/2 poireau coupé en tronçons
 - Pommes de terre sucrées coupées en quartiers sur la longueur

Note : pour plus d'authenticité, vous pouvez faire griller les légumes. Pour ce faire, les huiler légèrement et les marquer sur le barbecue (BBQ) ou dans une poêle striée. Ainsi, les sucs brûlés donneront le goût de la cuisson directe sur le feu de bois.

Préparation (Choisissez la méthode de cuisson désirée)
Four

1. Préchauffer le four à 175 °C (350 °F).
2. Dans un récipient allant au four, idéalement en fonte émaillée, chauffer l'huile ou le beurre à feu vif et faire colorer le rôti.
3. Ajouter l'ail, le fond de veau (sans immerger la viande), le bouquet garni, le piment de la Jamaïque ainsi que le sel et le poivre puis amener à ébullition.
4. Couvrir, enfourner et cuire jusqu'à ce que la viande cède facilement sous la pression ou que la température interne atteigne 90 °C (195 °F).
5. Après une heure de cuisson, ajouter l'eau bouillante et les légumes, sauf les poireaux et les pommes de terre sucrées. Couvrir, enfourner et continuer la cuisson pendant 30 minutes.
6. Quinze minutes avant la fin de la cuisson, ajouter les poireaux et les pommes de terre sucrées.

Mijoteuse

1. Régler la mijoteuse à « haute intensité ».
2. Saler et poivrer le rôti.
3. Dans un poêlon, chauffer l'huile ou le beurre à feu vif et faire colorer le rôti. Déposer le rôti dans la mijoteuse.
4. Déglacer le poêlon avec le fond de veau. Amener à ébullition et verser dans la mijoteuse.
5. Ajouter les légumes, l'ail, le bouquet garni et l'eau bouillante dans la mijoteuse.
6. Couvrir et laisser cuire 5 à 6 heures ou jusqu'à ce que la viande cède facilement sous la pression ou que la température interne atteigne 90 °C (195 °F).

Accompagnement : servir dans un bol avec un morceau de pain frais.

Recette provenant de Alain Fortier, chef et conseiller-formateur pour le Veau de lait du Québec.