Tendriade
Le Veau

Recettes de Veau pour

Sauté & Blanquette

Blanquette de Veau Facile

4 pers. 10min 1h30

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
4 carottes
200g de champignons (frais ou en conserve)
1 cube de bouillon de volaille
1 jaune d'œuf
beurre
2 cuillère à soupe de farine
1 petit pot de crème fraîche
1 gros oignon
25 cl de vin blanc
sel, poivre

Préparation

- Faites revenir la viande et l'oignon émincé dans du beurre jusqu'à ce que les morceaux soient un peu dorés. Saupoudrez de 2 cuillères à soupe de farine puis mélangez. Ajoutez 2 ou 3 verres d'eau et remuez.Ajoutez le cube de bouillon, le vin blanc et couvrir d'eau.
- Coupez les carottes en rondelles ainsi que les champignons, puis ajoutez-les dans la cocotte. Laissez mijoter à feu très doux environ 1h30 en remuant. Si nécessaire, rajoutez de l'eau de temps en temps.
- Dans un bol,mélangez bien la crème fraîche et le jaune d'oeuf. Ajoutez ce mélange au dernier moment sur la viande, remuez quelques minutes à feu vif et servez tout de suite.

Sauté de Veau au Citron

4 pers. 25min 1h40

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
3 citrons
3 oignons
2 gousses d'ail
2 carottes
3 tomates (ou à défaut 1 boite de tomates pelées)
1 bouquet garni
70g de beurre
5 cuillère à soupe d'huile d'olive
persil
sel et poivre

Préparation

- Faites revenir dans une cocotte 20g de beurre et 2 cuillères à soupe d'huile. Émincez les oignons et faites-les blondir tout doucement. Lorsqu'ils commencent à fondre, mettez les carottes épluchées et coupées en rondelles. Remuez pendant 10 minutes, toujours à feu doux.
- Ajoutez les tomates pelées et épépinées, l'ail, le bouquet garni.Salez et poivrez les morceaux de veau puis roulez-les dans la farine.
- Dans une sauteuse, à part, faites dorer les morceaux de veau farinés dans 30g de beurre et 3 cuillères à soupe d'huile. Lorsqu'ils sont dorés, versez-les dans la cocotte et ajoutez le jus des citrons. Couvrez. Laissez cuire à feu doux, pendant 1h40.
- Vérifiez la cuisson, si le mélange vous semble sec, ajoutez un peu d'eau bouillante et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

Sauté de Veau à la Corse

4 pers. 25min 2h

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
100g de lardons
100g d'olives vertes (ou 50g de vertes ,50g de noires)
1 oignon
1 gousse d'ail
15 cl de vin blanc
1 cuillère à soupe d'huile
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
1 bouquet garni
1 cuillère à café de graines de fenouil
Farine
sel et poivre

Préparation

- Faites blanchir les olives pendant 15 secondes dans l'eau bouillante. Égouttez-les et réservez. Pelez et émincez l'oignon, écrasez la gousse d'ail.
- Chauffez l'huile dans une cocotte et faites dorer les morceaux de veau et les lardons à feu doux. Ajoutez l'oignon et l'ail et prolongez la cuisson 2 ou 3 minutes. Saupoudrez de farine et mélangez encore 2 à 3 minutes.
- Versez le vin blanc, les graines de fenouil et ajoutez de l'eau à hauteur de la viande. Incorporez le concentré de tomate et le bouquet garni. Salez et poivrez.
- Laissez mijoter 1h30, en remuant délicatement de temps en temps. Ajoutez les olives et prolongez la cuisson de 30 minutes.

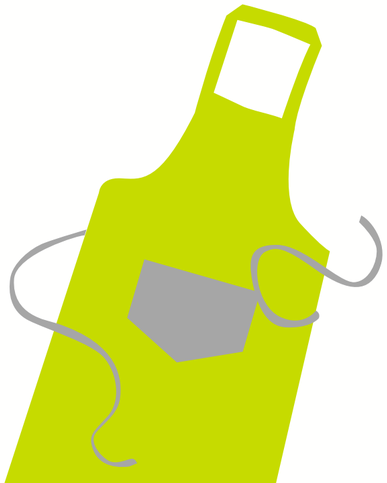
Sauté de Veau à la Crème de Poireaux

4 pers.

25min 1h30

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
50g de beurre
12 cl de vin blanc
4 poireaux
2 jaunes d'œufs
80g de fromage blanc
sel et poivre



Préparation

- Dans une cocotte, mettez le beurre et faites dorer la viande. Puis mouillez avec le vin blanc, salez, poivrez et laissez mijoter à feu doux pendant 1h30.
- Épluchez, lavez et émincez les poireaux. Dans une poêle, faites fondre les poireaux, puis recouvrez-les d'eau. Portez à ébullition et retirez du feu. Réservez 1 cuillère à soupe pour la décoration et passez le reste en purée au mixeur.
- Mettez les jaunes d'oeufs dans un saladier placé au bain-marie, ajoutez 1 cuillère à soupe d'eau froide et battez-les avec un fouet. Puis, ajoutez le fromage blanc, la purée de poireaux, salez et poivrez et continuez à battre jusqu'à ce que le mélange épaississe.
- Déposez au centre d'une assiette la crème de poireaux, le sauté de veau et décorez de poireaux émincés. Nappez de la sauce de cuisson du sauté.

Sauté de Veau
Petits Légumes de Printemps

4 pers. | 15 min | 1h

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
200g de carottes
200g de navets
200g de petits pois écossés
200g d'haricots verts
100g d'oignons nouveaux
1 cuillère à soupe de concentré de tomate
1 cuillère à soupe de farine
1 cuillère à soupe d'huile d'olive
15cl de vin blanc
thym frais
sel et poivre

Préparation

- Dans une cocotte, faites revenir à l'huile d'olive, les morceaux de veau sur toutes les faces pendant 5 minutes. Saupoudrez les de farine puis mélangez bien.
- Mouillez avec le vin blanc et recouvrez d'eau. Ajoutez-y le concentré de tomate. Saupoudrez de thym frais, assaisonnez et mélangez à nouveau. Laissez mijoter pendant 20 minutes.
- Émincez les carottes, les navets et les oignons en fines lanières. Ajoutez à la viande, les carottes et les navets en veillant à les couvrir de bouillon, laissez mijoter 15 minutes.
- Puis ajoutez les haricots, les petits pois et les oignons nouveaux et poursuivez la cuisson 20 minutes à feu doux.

Sauté de Veau aux Champignons

4 pers.

15min

1h40

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
30g de beurre
4 oignons
1 verre de bouillon
1 verre de vin blanc
250g de champignons
½ cuillère à café de paprika
2 cuillère à soupe de crème fraîche
1 bouquet garni
persil
sel et poivre

Préparation

- Faites revenir les morceaux de veau et les oignons émincés dans une cocotte avec le beurre.
- Ajoutez le paprika, le bouillon, le vin blanc, le bouquet garni. Faites bouillir 2 à 3 minutes.
- Ajoutez les champignons nettoyés, à la cuisson du veau. Couvrez et laissez cuire à feu doux 1h30 environ.
- Une fois la viande cuite, retirez la viande de la cocotte et ajoutez de la crème fraîche, faites chauffer à feu vif quelques minutes et nappez sur la viande. Saupoudrez de persil ciselé.

Wok de Veau
Orange & Curry

4 pers. | 10 min | 1h40

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
1 orange
3 yaourts natures
2 oignons émincés
2 gousses d'ail hachées
3 cuillère à café de curry
gingembre frais râpé (ou sec en poudre)
2 cuillère à soupe d'huile

Préparation

- Râpez le zeste d'une orange et pressez le jus, mélangez le tout avec la viande, salez poivrez. Dans votre wok, faites chauffer l'huile.
- Ajoutez le veau, faites rissoler rapidement puis versez le curry et le yaourt. Remuez jusqu'à ce que le blanc du yaourt ne soit plus visible.
- Ajoutez le gingembre, les oignons et l'ail, et au besoin rallongez avec 25 cl d'eau. Faites réduire votre wok sur feu doux.
- Couvrez et laissez mijoter 1h30 en remuant régulièrement jusqu'à ce que le veau soit tendre. Vous pouvez servir avec un riz basmati.

Sauté de Veau de Campagne

4 pers. 10 min 1h40

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
100g de lardons fumés
1 verre de vin rouge
1 grand verre de bouillon de volaille
1 bouquet garni
2 gousses d'ail
1 oignon
2 cuillère à soupe de farine
sel et poivre

Préparation

- Faites revenir à feu vif les lardons dans une cocotte. Ajoutez l'oignon émincé. Lorsqu'il est bien doré, posez les morceaux de veau. Faites-les rissoler, puis saupoudres de farine. Remuez.
- Dès que la farine prend la couleur, versez le vin, puis le bouillon. Ajoutez le bouquet garni, l'ail et couvrir la cocotte.
- Faites cuire à petit feu pendant 1h30. En fin de cuisson, goûtez et rectifiez l'assaisonnement.

Tajine de Veau aux citrons

4 pers. 25min 1h40

Ingrédients

1 barquette de Veau spécial pour Blanquettes & Sautés Tendriade
1 boîte de pois chiches natures
4 carottes
6 petits navets
1 oignon
2 citrons confits
40g de beurre
1 cuillère à soupe de ras al-hanout
2 feuilles de laurier
1 brin de coriandre
sel et poivre

Préparation

- Saupoudrez les morceaux de veau de ras al-hanout. Mettez-les à dorer dans une cocotte avec le beurre. Salez et poivrez.
- Ajoutez l'oignon émincé, les feuilles de laurier puis couvrez d'eau à hauteur. Laissez cuire 1h sur feu doux.
- Pelez les carottes et les navets. Rincez puis égouttez les pois chiches. Mettez tous ces légumes dans la cocotte avec les citrons taillés en 4 et la coriandre ciselée. Au besoin, versez un peu d'eau tiède et poursuivez la cuisson 30 minutes.
- Présentez dans un plat à Tajine pour l'ambiance.

Pour plus d'idées recettes

rejoignez-nous sur

et sur

www.tendriade.fr

Tendriade

Le Veau