

Recette de la blanquette de veau en cocotte-minute

INGREDIENTS

700 gr de viande de veau pour blanquette	8.99 euros
700 gr de pommes de terre	0.70 euro
1 oignon piqué de 4 clous de girofle	0.50 euro
3 gousses d'ail	0.70 euro
Bouquet garni	Au jardin
Gros sel et poivre en grains	
Sauce blanche	
40 gr de farine	0.20 euro
40 gr de margarine au tournesol	0.20 euro
1 bol et demi de bouillon de blanquette	

Soit un prix total de 11.29 euros pour 4 personnes : **2.82 euros / personne.**



Préparation : 10 mn

Cuisson totale : 20 mn

REALISATION :

Cette recette se réalise en cocotte-minute ou autocuiseur.

Faire bouillir environ 2 litres d'eau dans la cocotte-minute avec le bouquet garni, l'oignon piqué des 4 clous de girofle, l'ail, sel, poivre.

Eplucher les pommes de terre, les laver et les couper en morceaux si elles sont trop grosses.

Plonger les morceaux de viande dans l'eau bouillante.

Disposer les pommes de terre dans le panier vapeur de la cocotte et placer celui-ci au-dessus de l'eau de cuisson et de la viande.

Fermer la cocotte-minute.

Porter à ébullition, et lorsque la soupape tourne, baisser le feu et laisser cuire à petit chuchotement pendant 20 mn.

Un peu avant la fin de la cuisson, préparer la sauce blanche.

Faire chauffer 40 gr de margarine dans une casserole à fond épais, puis incorporer 40 gr de farine et tourner tout le temps pendant 2 à 3 mn, pour faire un roux. Retirer du feu.

A la fin de la cuisson, couper le feu sous la cocotte et laisser sortir la vapeur.

Ouvrir le couvercle et prélever le bouillon à la louche pour compléter la sauce blanche.

Remettre la casserole sur le feu en incorporant le bouillon peu à peu.

Servir bien chaud et napper la viande et les pommes de terre avec cette sauce.

.....C'est prêt

Miam miam