

OSSO BUCCO DE VEAU (Cookeo)



Ingrédients :

- 4 jarrets de veau (ou osso bucco)
- 1 oignon
- 4 c à s d'huile d'olive
- 2 c à s de farine
- 250 ml de vin blanc
- 5 carottes
- 2 gousses d'ail
- 4 c à c de basilic
- 500 gr de pulpe de tomates
- 1 c à c de sucre roux
- 1 cube de bouillon de légumes
- Thym
- 3 feuilles de laurier
- 1 petite boîte (400 g) de champignons de Paris
- sel, poivre du moulin

Préparation:

- Brancher le Cookeo, choisir dans le menu la section " manuel "
- puis " cuisson classique" et "dorer ».
- Le Cookeo pré-chauffe pendant environ 6 minutes
- éplucher les carottes, les gousses d'ail et l'oignon puis coupe en rondelles les carottes et émincer l'oignon et l'ail.
- le préchauffage terminé, verser l'huile dans la cuve
- puis faire dorer la viande pendant 2 minutes sur chaque face
- puis ajouter les oignons émincés
- faire revenir encore 2 minutes sur chaque face
- Verser ensuite dans la cuve : la farine, les carottes, l'ail, le laurier, du thym et le basilic
- mélanger et laisser cuire 10 minutes.
- Ajouter la pulpe de tomate, le cube de bouillon et le vin blanc, le sucre roux, les champignons, saler et poivrer
- puis arrêter le mode dorer
- Mélanger, fermer l'appareil
- Passer en mode cuisson sous pression pour 30 minutes.

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOUX 2017

<http://thermominoux.over-blog.com>