


Difficulté 

Viande : Veau

Morceaux : Jarret

Osso-Buco de jarret de veau à la Milanaise

 Recette de Jérôme BRU Restaurant le B2K6 (63-Clermont-Ferrand)



TEMPS

Préparation : 30 minutes

Modes de cuisson : à bouillir

Temps de cuisson : 2h30

PARTS

Recette pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

Pour l'osso bucco :

- x4 pièces de jarret de veau bien épaisses
- 2 oignons
- 4 carottes
- 1/4 céleri boule
- 150 g champignons Paris
- 4 gousses d'ail
- 1 tomate ou 2 grosses c.à.s de concassé de tomates
- 1 orange bio
- 20 cl vin blanc
- 1,5 l fond de veau
- 4 cl de Noilly Prat
- Huile d'olive
- 2 branches thym
- 1 feuille laurier
- Quelques tiges de ciboulette

Pour la cocotte de perle de blé

- 200 g perles de blé
- 30 g beurre
- Parmesan

PRÉPARATION

1. Peler 1 oignon, 2 carottes et un morceau de céleri boule. Les détailler en quartiers ou tranches.
2. Dans une cocotte allant au four, faire chauffer un filet d'huile d'olive.
3. Saler les pièces de viande et les faire colorer dans l'huile chaude sur les deux faces. Débarrasser sur une assiette.
4. Déposer dans la cocotte les légumes préparés, ajouter le thym, 1 feuille de laurier, les gousses d'ail pelées et le quart de l'orange. Couper la tomate en cubes et l'ajouter dans la cocotte. Laisser revenir quelques instants en mélangeant.
5. Replacer les morceaux de jarrets sur la garniture aromatique, verser le vin blanc sur feu vif.
6. Laisser réduire de moitié et ajouter le fond de veau.
7. Couvrir et enfourner la cocotte dans un four préchauffé à 140 degrés pendant 1h30.
8. Sortir la cocotte du four, débarrasser les morceaux de viande sur une assiette.
9. Passer le jus de cuisson dans un chinois et laisser réduire à feu moyen. Réserver au chaud.
10. Préparer les légumes accompagnant la viande : peler l'oignon, le reste du céleri et les carottes. Détailler le tout en petits cubes. Verser un généreux filet d'huile d'olive dans une sauteuse et faire revenir les légumes sans coloration pendant quelques minutes.
11. Ajouter les légumes dans la sauce et remettre la viande avec, rectifier l'assaisonnement en sel et poivre et ajouter le Noilly Prat. Réserver au chaud.
12. Faire cuire les perles de blé selon les instructions du paquet.
13. Egoutter, ajouter le beurre et râper un peu de parmesan. Lier l'ensemble.
14. Déposer les osso bucco dans les assiettes, ajouter la sauce avec les légumes.
15. Ciseler la ciboulette et la parsemer sur la viande.
16. Râper un peu de zeste d'orange. Servir de suite avec les perles de blé.

Crédit photo Sophie François-Mulhens