



RIS DE VEAU PRINTANIERS

Ingrédients pour 4 personnes :

700 grs de ris de veau

1 botte de carottes fanes, 1 botte de petits navets nouveaux, 500 grs de petits pois frais écosés

1 botte d'oignons blancs

1 petit verre de Madère, 1 cuil. à soupe de fond de veau déshydraté,

1 cuil. à soupe de concentré de tomates

60 grs de beurre

un peu de farine

La veille, rincer les ris de veau, les placer dans une casserole et les recouvrir d'eau froide, placer la casserole sur une source de chaleur et dès que l'ébullition est atteinte, égoutter et rafraîchir les ris de veau sous l'eau froide. Peler les ris avec les doigts en retirant au maximum les petites boules de gras et les peaux qui l'entourent.

Placer les ris entre deux assiettes et mettre un poids dessus (boîte de conserve par exemple). Entreposer au réfrigérateur jusqu'au lendemain.

Le lendemain, éponger les ris de veau et les fariner très légèrement. Faire chauffer 30 grs de beurre dans une sauteuse et faire doucement dorer les ris de tous côtés. Retirer les ris de la sauteuse et déglacer avec le Madère et le fond de veau délayé dans un verre d'eau tiède. Remettre les ris dans la sauteuse, saler, poivrer, couvrir et laisser mijoter doucement pendant la préparation des légumes.

Peler les carottes, les navets et les oignons blancs. Faire fondre le reste du beurre dans une poêle et bien enrober les carottes, navets, oignons dans le beurre moussé. Ajouter les légumes dans la sauteuse avec les ris de veau bien mélanger et poursuivre la cuisson une dizaine de minutes. Ajouter enfin le concentré de tomates et les petits pois frais et cuire encore 15 minutes. Gouter pour rectifier l'assaisonnement et servir bien chaud.

ATELIER CUISINE – 769, Domaine de la Vigne – 59910 BONDUES

Tél. : 06 86 31 11 20 - e-mail : npramondon@free.fr - Web : www.ateliercuisine.com

Blog : maptitcuisine.canalblog.com