

Rôti de veau aux lardons et choux de bruxelles



Ingrédients :

- rôti de longe de veau : 1 kg
- lardons fumés : 150 g
- chou de bruxelles : 500 g
- tomate : 2
- vin blanc : 1 verre
- huile : 4 c. à soupe
- persil plat : 0.5 botte
- sel, poivre

Préparation :

Faites chauffer l'huile dans une cocotte et faites-y revenir le rôti sur toutes ses faces.

Faites bouillir une grande casserole d'eau salée.

Pelez, épépinez et concassez les tomates.

Faites revenir les lardons. Nettoyez les choux de bruxelles.

Plongez-les dans l'eau bouillante et faites-les cuire 20 min à frémissement.

Sortez le rôti de la cocotte et prélevez les 2/3 du gras de cuisson.

Déglacez le reste avec le vin blanc.

Remettez le rôti, ajoutez les tomates et les lardons.

Salez, poivrez et laissez mijoter 15 min.

Égouttez les choux de bruxelles.

Servez le rôti en tranches, accompagné de la purée de tomate, des choux de bruxelles et du persil ciselé.

Brochettes de veau au citron

Ingrédients :

- 600 g de quasi de veau
- 2 oignons
- 2 courgettes
- 2 branches de thym frais
- 1 citron
- ½ c. à soupe de maïzena
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre

Préparation :

Découpez le quasi en 24 morceaux de taille régulière.

Pelez les oignons et coupez-les en quatre. Puis pelez les courgettes et coupez-les en huit.

Enfilez les cubes de viande sur des brochettes de bois (placez de préférence les plus gros morceaux aux extrémités), en alternant viande, courgettes et oignons.

Mélangez l'huile, le jus et le zeste râpé du citron ainsi que les feuilles de thym dans un plat creux.

Mettez les brochettes à mariner dans cette préparation. Laissez-les reposer 30 min au frais en les retournant plusieurs fois. Égouttez les brochettes et réservez la marinade.

Placez-les sur une plaque à griller posée sur un plat creux et faites-les cuire à 700 W entre 12 et 14 minutes en arrosant avec la marinade et en retournant les brochettes plusieurs fois en cours de cuisson.

Salez, poivrez, égouttez le jus dans un bol, couvrez et laissez reposer les brochettes 3 min environ.

Délayez la maïzena dans un peu d'eau, versez ce mélange dans le jus de cuisson et ajoutez le reste de la marinade. Mélangez bien et faites cuire 2 min à 600 W en remuant régulièrement.

Servez les brochettes nappées de sauce et accompagnées d'un riz parfumé ou d'une salade verte.