



POT-AU-FEU DE VEAU

Pour 4, il faut :

- 600 à 800 g de veau à cuisiner (nous avons du jarret qui fit très bien l'affaire)
- un gros oignon
- 6 carottes épluchées en morceaux
- 3 blancs de poireau
- 6 navets, épluchés et coupés en quatre
- 3 à 4 gousses d'ail avec leur robe
- 5 ou 6 clous de girofle
- 3 rondelles de gingembre frais
- un bâton de cannelle
- une étoile de badiane
- sel, poivre

Mettre le jarret au fond d'une cocotte et le recouvrir généreusement d'eau. Ajouter l'oignon piqué de clous de girofle, le gingembre et la cannelle. Poivrer, saler, porter à ébullition puis cuire à feu réduit environ une heure trente.

Eplucher et couper les légumes en gros cubes. Les faire cuire dans une autre casserole avec 5 à 6 louches de bouillon et la badiane. Saler.

Lorsque la viande est cuite, la réserver au chaud avec les légumes pendant que vous ferez réduire le bouillon des légumes à feu vif afin qu'il caramélise. Servir sans attendre.