

## RECETTE DE CUISINE DES GONES

### LE JARRET DE VEAU LYONNAIS



**Ingédient :** Pour 4 personnes

1,2 kg de jarret de veau ;  
4 pommes de terre ;  
1 fenouil ;  
2 poireaux ;  
4 navets ;  
2 carottes ;  
12 petits oignons ;  
75 cl d'eau ;  
4 topinambours ;  
2 gros oignons ;  
8 étoiles de badiane ;  
1 tête d'ail ;  
20 g de beurre ;  
25 cl de vin blanc ;  
1 bouquet garni ;  
du sel et du poivre

#### Recette :

Pour la sauce, vous aurez besoin de 10 cl de pastis, 90 g d'échalote,  
60 g de beurre,  
30 cl de jus de citron et d'un petit bouquet de cerfeuil.

La cuisson dure environ 2 heures.

Commencez par préchauffer le four à th.7 (210 °C).

Parallèlement, découpez les carottes, les gros oignons et les poireaux épluchés en petits dés.

Faites-les revenir au beurre dans une cocotte en fonte et ajoutez l'ail en chemise.

Ensuite, ajoutez les jarrets puis l'eau et le vin blanc lorsque la viande est colorée.

Portez le tout à ébullition,  
salez, poivrez et versez la badiane et le bouquet garni.  
Couvrez et mettez au four pendant 1 h 30 environ.  
Épluchez les légumes et retirez les jarrets  
lorsqu'ils sont bien cuits puis gardez-les au chaud.  
Mettez les légumes dans le bouillon  
et laissez cuire à couvert pendant 30 minutes.

Après cette durée, retirez-les et conservez-les au chaud.  
Réduisez la moitié du jus de cuisson, à feu vif.  
Prenez les échalotes puis épluchez-les et hachez-les.  
Ensuite, faites-les revenir dans une noix de beurre à feu doux  
tout en évitant qu'elles ne soient trop colorées.  
D'autre part, utilisez le pastis pour déglaçer  
et ajoutez un volume de 30 cl du jus de cuisson des jarrets.  
Ajoutez le sel, le poivre et le reste du beurre puis fouettez à feu doux  
avant de verser le cerfeuil ciselé dans la cuisson.

Pour terminer, mettez les jarrets et les légumes dans la cocotte puis ajoutez la sauce.  
Laissez frémir à feu doux pendant quelques petites minutes et servez.

***Bon Appétit***