

RECETTES DES BOUCHONS LYONNAIS.



JARRET DE VEAU CARAMÉLISÉ. par ALAIN DUCASSE

Ingrédients :

1 jarret de veau pour 6 personnes
3 carottes
2 oignons émincés
3 c. à s. d'huile d'olive
2 gousses d'ail épluchées écrasées
2 brins de thym
10 cl de vinaigre de vin
4 c. à s. de miel
40 cl de jus de veau
(40 cl d'eau bouillante + 4 cubes de jus de veau)
sel, poivre du moulin

PRÉPARATION

Épluchez les légumes et coupez-les en morceaux.
Préchauffez le four à 160 °C (th. 5).
Dans une cocotte en fonte, faites chauffer l'huile à feu vif.
Faites dorer le jarret sur toutes les faces.
Ajoutez les légumes, les gousses d'ail et le thym.
Faites revenir à feu moyen pendant 5 minutes.
Versez le vinaigre. Mélangez, puis ajoutez le miel et le jus de veau.
Salez, poivrez et mélangez.
Couvrez et mettez au four pendant 2 heures.

Étape 2 : Finition et présentation

Retirez le jarret.
Remettez la cocotte sur le feu et faites réduire la sauce à feu vif jusqu'à épaississement.
Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.
Découpez le jarret et remettez-le dans la cocotte.

Servez aussitôt.

Ce jarret se sert accompagné d'une purée de pommes de terre.