

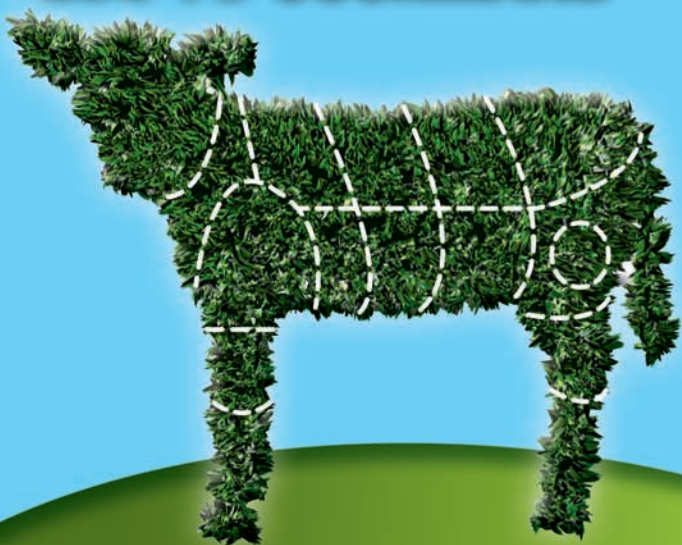
*Recette de Virginie  
au dos*



**100% NATURE**

**100% LOCAL**

**100% GOURMAND**



Nos veaux sont nés et élevés en France,  
en liberté sur paille et nourris avec une  
alimentation lactée.

[www.veau-plaisirs.com](http://www.veau-plaisirs.com)

# Les recettes de Virginie

*Parce que seul un bon repas nous réunit, Virginie se met au fourneau.*



## Curry de veau au lait de coco

### Liste des courses pour 6/8 personnes :

- ✓ 1,5 kg de quasi de veau
- ✓ 3 tomates
- ✓ 4 oignons nouveaux
- ✓ 2 gousses d'ail
- ✓ 50 cl de lait de coco
- ✓ 50 g de beurre
- ✓ 1 + ½ citron vert
- ✓ 3 brins de basilic
- ✓ 2 cuillères à soupe de curry
- ✓ 1 cuillère à café de curcuma
- ✓ 1 cuillère à café d'huile de tournesol
- ✓ Sel & poivre

Ébouillantez, pelez et coupez les tomates en dés. Dans une cocotte, faites fondre 25 g de beurre et l'huile. Faites-y revenir la viande coupée en cubes pendant 10 minutes en les remuant. Salez et réservez. Ajoutez le reste de beurre et faites-y fondre l'ail et les oignons.

Ajoutez-y les tomates et laissez mijoter à feu très doux pendant 15 minutes. Mixez le tout jusqu'à obtention d'une purée lisse. Puis, ajoutez le veau, le curry, le curcuma et mélangez. Arrosez du jus d'un citron, du poivre et les brins de basilic.

Tout en fouettant, versez petit à petit le lait de coco et faites cuire à feu vif pendant 45 minutes. Ajoutez un filet de jus de citron et parsemez de basilic haché

**Bon appétit !**



veau  
plaisirs

# Les recettes de Virginie



*Parce que seul un bon repas nous réunit, Virginie se met au fourneau.*

## Escalope de veau à la Milanaise

### Liste des courses pour 4 personnes :

- ✓ 4 belles escalopes de veau dans la noix
- ✓ 2 œufs
- ✓ 60 g de chapelure fine
- ✓ 3 cuillères à soupe de parmesan fraîchement râpé
- ✓ 60 g de beurre
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- ✓ 4 quartiers de citron
- ✓ 1 cuillère à soupe de persil plat hâché
- ✓ Sel & poivre

Battez légèrement les œufs avec du sel et du poivre et versez-les dans une assiette creuse.

Mélangez la chapelure et le parmesan dans une autre assiette. Roulez les escalopes dans l'œuf, laissez écouler l'excédent puis passez-les dans la chapelure en appuyant fortement sur chaque côté. Posez-les dans un plat et réservez 30 min dans le réfrigérateur.

Faites chauffer le beurre et l'huile dans une grande poêle. Dès que le beurre s'arrête de mousser, ajoutez les escalopes et faites-les cuire 2 minutes par face. Jusqu'à ce que la panure soit bien dorée.

**Servez aussitôt avec les quartiers de citron et le persil, accompagné d'une salade verte.**

**Bon appétit !**



veau  
plaisirs

# Les recettes de Virginie



*Parce que seul un bon repas nous réunit, Virginie se met au fourneau.*

## Blanquette de veau à l'ancienne

### Liste des courses pour 6 personnes :

- ✓ 1 gros + 1 petit oignon
- ✓ Des clous de girofle
- ✓ 2 gousses d'ail
- ✓ Thym, laurier
- ✓ 1 cuillère à soupe bombée de fond de veau
- ✓ 1kg de blanquette de veau
- ✓ 30 g de beurre
- ✓ 5 cuillères à soupe un peu bombée de farine
- ✓ 250g de champignons de Paris (équeutés, nettoyés et découpés en lamelles)
- ✓ 75mL de jus de citron
- ✓ 4 cuillères à soupe de crème liquide
- ✓ 2 jaunes d'œufs
- ✓ Sel & poivre

Remplir d'eau au 2/3 une cocotte. Saler, poivrer l'eau. Mettre la cocotte sur feu vif.

Ajouter l'oignon épluché piqué de clous de girofle, l'ail épluché, le thym et le laurier et le fond de veau. Bien mélanger

Découper le veau en dés de taille moyenne et les verser dans l'eau qui est maintenant à ébullition, diminuer sur feu moyen et faire cuire 1 heure environ.

Quand ce temps est écoulé, réserver la cocotte de viande au chaud et, dans une autre cocotte, faire fondre le beurre. Ajouter la farine, mélanger et rajouter rapidement du bouillon jusqu'à obtenir la consistance désirée. Fouetter pour éviter les grumeaux. Ajouter ensuite les champignons de Paris. Saler, poivrer. Laisser cuire les champignons et épaissir encore un peu la sauce. Ajouter le jus de citron puis la crème liquide. Mélanger.

Si la sauce épaissit trop ne pas hésiter à rajouter du bouillon  
Hors du feu, incorporer les jaunes d'œufs et remuer immédiatement et vivement pour ne pas faire cuire le jaune. Rajouter alors la viande

**Servir avec du riz ou des spätzles.**

**Bon appétit !**



# Les recettes de Virginie



*Parce que seul un bon repas nous réunit, Virginie se met au fourneau.*

## Grenadins de veau aux morilles

### Liste des courses pour 8 personnes :

#### **Grenadins poêlés**

- ✓ 8 Grenadins de veau
- ✓ 2 c. à soupe d'Huile de pépins de raisins
- ✓ Sel
- ✓ Poivre

#### **Sauce aux morilles**

- ✓ 25 grammes de Morilles séchées
- ✓ 2 Echalotes
- ✓ 20 grammes de Beurre
- ✓ 30 cl de crème liquide (fleurette)
- ✓ Sel & poivre

#### **Dressage**

- ✓ 1 cuillère à soupe de Persil plat

#### **Étape 1 : Réhydratation des morilles**

Porter une petite casserole d'eau à ébullition. Réhydrater les morilles dans un bol avec l'eau bouillante. Laisser reposer une heure à température ambiante.

#### **Étape 2 : Préparation de la sauce aux morilles**

Filter l'eau de réhydratation des morilles à l'aide d'une passette. La verser dans une casserole, porter à ébullition, puis laisser réduire jusqu'à obtention de 4 cuillères à soupe de liquide. Eplucher les échalotes puis les fendre en 2 ou en 4 selon leur grosseur. Faire fondre le beurre dans une casserole. Faire revenir les échalotes 3 minutes sans coloration. Laver minutieusement les morilles sous un filet d'eau froide. Les ajouter aux échalotes et cuire sur feu doux pendant 5 minutes. Ajouter l'eau parfumée aux morilles et la crème. Porter à ébullition puis laisser cuire pendant encore 3 minutes. Saler et poivrer.

#### **Étape 3 : Cuisson des grenadins de veau**

Faire chauffer l'huile dans la poêle. Y déposer les grenadins. Cuire 5 minutes par face sur feu moyen. Laisser reposer à couvert, hors du feu, pendant 5 minutes pour que la chaleur se diffuse de façon homogène dans les morceaux et que les fibres de viande se détendent.

#### **Étape 4 : Dressage**

Servir les grenadins nappés de sauce aux morilles. Saupoudrer de quelques pluches de persil.

**Bon appétit !**



# Les recettes de Virginie



*Parce que seul un bon repas nous réunit, Virginie se met au fourneau.*

## Osso-buco à la Milanaise

### Liste des courses pour 4 personnes :

- ✓ Huile d'olive
- ✓ ½ oignon
- ✓ 4 tranches de jarret de veau
- ✓ Farine pour enrober les jarrets
- ✓ 5 cuillères à soupe de vin blanc sec
- ✓ 1 cube de bouillon de veau
- ✓ 1 carotte coupées en rondelles
- ✓ 1 branche de céleri émincée (facultatif)
- ✓ ½ boîte de concassé de tomates
- ✓ Sel & poivre

### Pour la gremolata

- ✓ Le zeste d'1/2 citron, finement hâché
- ✓ 1 brin de persil plat finement ciselé

Faire chauffer un peu d'huile d'olive dans une cocotte et faire suer l'oignon 5 minutes à feu doux en remuant de temps à autre.

Fariner la viande et la faire dorer sur toutes ses faces à feu vif.

Saler, poivrer et cuire quelques minutes.

Mouiller avec le vin et laisser réduire le jus.

Ajouter le bouillon, le céleri et la carotte, ainsi que le concassé de tomate. Laisser cuire à couvert, jusqu'à ce que la viande soit tendre, 1 heure environ.

Mélanger le zeste de citron et le persil, ajouter la gremolata dans la cocotte, remuer doucement et poursuivre la cuisson 5 minutes.

**Bon appétit !**

