Veau

Carbonnade de veau aux pruneaux

1h45	10 min	1h35	0	404
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Inrgédients pour la carbonade

600 g **Jarret(s) de veau**
200 g **Pruneau(x)**
1 **Oignon(s)**
50 cl **Bière**
1 c. à soupe **Moutarde**
2 c. à soupe **Huile de colza**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Ingrédients pour le dressage

1 **Persil plat**

Étape 1

Préparation et cuisson de la carbonade

1. Détailler la viande en cubes à l'aide d'un couteau de cuisine. Réserver.
2. Eplucher et émincer grossièrement l'oignon à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver.
3. Verser l'huile de colza dans une cocotte et y faire dorer les morceaux de viande et l'oignon émincé en remuant à l'aide d'une cuillère en bois pendant quelques minutes.
4. Assaisonner de sel et de poivre puis mélanger.
5. Ajouter la moutarde et les pruneaux puis verser la bière.
6. Porter à ébullition puis baisser le feu au minimum. Couvrir et laisser mijoter 1h30 en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.
7. Rectifier l'assaisonnement en sel et poivre si nécessaire. Servir chaud.
8. En cours de cuisson, si le volume de liquide réduit trop, ajouter un peu d'eau.

Étape 2

Dressage

1. Dresser la viande et les pruneaux dans des assiettes

creuses.

2 Arroser de sauce à l'aide d'une louche puis décorer avec du persil et servir.