

Veau

Poêlée de ris de veau de cœur, pommes grenailles, cresson et gousses d'ail en chemise



40 min 20 min 20 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON

0

REPOS

407

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

200 g **Ris de veau**
8 **Pomme(s) de terre**
4 **Gousse(s) d'ail**
1 botte(s) **Cresson**
50 g **Beurre**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

La préparation des ingrédients

- 1 Débarrasser le ris de veau du saladier et le poser sur un torchon pour l'égoutter.
- 2 Retirer les membranes extérieures du ris de veau avec un couteau d'office. Puis retirer les petites boules de graisse s'il y en a.
- 3 Tailler les pommes de terre en biais sans les éplucher. Cette coupe en biais va permettre de faciliter la cuisson. Réserver.
- 4 Inciser les gousses d'ail pour faciliter la cuisson. Réserver avec les pommes de terre.

Étape 2

La cuisson du ris de veau

- 1 Faire chauffer une cocotte en fonte à fond épais avec le beurre demi-sel avec un filet d'huile d'olive.
- 2 Dès que le beurre blondit, ajouter le ris de veau dans la cocotte. Le décoller de la cocotte.

- 3 L'assaisonner de fleur de sel et de poivre.
- 4 Arroser le ris de veau avec le beurre de cuisson.
- 5 Retourner le ris de veau puis l'assaisonner à nouveau avec de la fleur de sel et du poivre. L'arroser avec le beurre de cuisson.
- 6 Ajouter les pommes de terre ainsi que les gousses d'ail en chemise.
- 7 Une fois la coloration souhaitée obtenue, baisser le feu et finir la cuisson à couvert pendant une quinzaine de minutes.
- 8 Retirer le couvercle puis mélanger à nouveau.
- 9 A l'aide d'un pochon, retirer le jus de cuisson de la cocotte et réserver dans un bol.
- 10 Ajouter des feuilles de cresson dans la cocotte. Mélanger.
- 11 Déglacer avec de l'eau pour décoller les sucs de cuisson. Laisser réduire pendant 1 à 2 minutes.

Étape 3

Le dressage

- 1 Avec une cuillère à soupe, déposer les pommes de terre dans une assiette.
- 2 Poser le ris de veau et le cresson sur les pommes de terre.
- 3 Surmonter le tout d'une gousse d'ail et arroser de sauce.