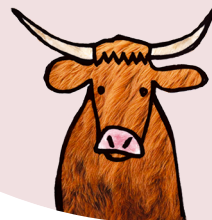


# Recettes de la ferme du pré d'Esky



## Accompagnez vos viandes "blanches" :

Rôti de veau, côtes de veau, poulet ou pintade avec des fruits pour un mélange sucré-salé !



### Pommes en morceaux :

Dans une poêle, faire dorer des pommes qui tiennent à la cuisson, pelées et partagées en quartiers dans un peu de beurre jusqu'à ce qu'elles y caramélisent, puis poivrer et saler légèrement.



### Pommes entières :

Faire cuire les pommes non pelées et creusées au four avec un peu de beurre et de la confiture de fruits rouges (airelles, framboises..) ou miel dans la partie creusée.



### Poîlées de fruits :

Faire revenir des figues entières ou des reines claudes partagées et dénoyautées, dans un peu de beurre jusqu'à ce qu'elles confisent, saupoudrer d'un peu de sucre si besoin, puis saler et poivrer.

## Les Recettes du Sud Ouest

### La daube

**Morceaux :** Bourguignon ou paleron ou macreuse.

Faire revenir les morceaux, les flamber avec un peu d'armagnac. Jeter dessus un hachis ou des morceaux coupés de petits d'oignons, d'échalotes et de lard non fumé ou des morceaux de ventrèche ou des lardons... Saupoudrer légèrement de farine car la sauce une fois cuite doit rester fluide.

Couvrir de vin rouge (ou blanc... c'est plus léger) qui a été maintenu au préalable en ébullition dans une casserole (pour enlever l'alcool) + bouquet garni + sel + poivre.

Cuisson en deux fois et sur deux jours dans un four pour éviter que la sauce accroche le fond du faitout ; la cuisson au four est plus homogène.

Le premier jour, ce plat doit cuire 2h au moins. Régler le four à 200° en début de cuisson pour aider la sauce à monter en température. Baisser à 160° pour 1h 30, la cuisson doit se faire doucement. La viande doit toujours rester dans du jus. Si besoin, ajouter un peu d'eau.

Laisser au frigo 12h, puis enlever la petite couche de gras en surface. Avant de servir : refaire cuire 1h à 170°. Régler le four plus fort en début de cuisson pour aider la sauce à remonter en température. Servir cette sauce lorsque la viande est bien moelleuse et très cuite, voire défaits. On ajoute pendant la cuisson des couennes et un petit talon de jambon cru.

**Idées d'accompagnement :** Servir avec des tagliatelles ou des pommes de terre à la vapeur.



Producteur et éleveur de veau et de bœuf :

La ferme du pré d'Esky - 06 50 21 28 48 - 4 rue riquefosse - 60380 Morvillers - lepredesky@gmail.com

Retrouvez toutes nos recettes sur [fermedupredesky.com](http://fermedupredesky.com)