

Recettes de la ferme du pré d'Esty



Cuisson basse température

Ce mode de cuisson permet à de nombreuses viandes de cuire très lentement sans être dénaturées.



Le Carré de veau sous la mère

Morceaux : Rôti dans la tranche

Laissez reposer le rôti à température ambiante 1h30 hors du réfrigérateur.

Le badigeonner avec de l'huile d'olive, du sel, du poivre et suivant le goût et les habitudes de chacun des herbes de Provence, de l'ail, du romarin. Préchauffez le four et le plat de cuisson à 80° ; si vous avez la chaleur tournante la cuisson sera un peu plus rapide.

Faire revenir le rôti à feu vif sur toutes ses faces pour qu'il dore.

Mettre la viande de côté, puis déglacer la poêle avec 10 cl d'eau en grattant bien le fond.

Sortir le plat du four, y poser le rôti avec le jus (qui servira à l'arroser de temps en temps). Vous pouvez planter au coeur de la viande une thermosonde pendant tout le temps de la cuisson.

Enfournez pour 1h30/2h en suivant la température à coeur.

Température à coeur selon la cuisson désirée : 45° Bleu, 50° Saignante, 55° A point, 60° bien cuit.

Si la température à coeur est atteinte avant l'heure souhaitée, baisser la température du four sur 60°, le rôti restera chaud mais ne cuira plus.



Producteur et éleveur de veau et de boeuf :

Benoit Hillion - 06 50 21 28 48 - 4 rue riquefosse - 60380 Morvillers - lepredesky@gmail.com

Retrouvez toutes nos recettes sur fermedupredesky.com