

Jarret de veau aux citrons confits et aux olives



Préparation : 30 mn

Cuisson : 2 h

Les ingrédients pour 4 personnes :

1,5 kg de jarret de veau couper en grosses tranches

2 citrons confits au sel

1 gros oignon

1 carotte

1 branche de romarin

200 g d'olives mélangées

Huile d'olive

2 carrés de sucre roux

1 c à c de harissa

Sel et poivre du moulin

Éplucher et hacher l'oignon, éplucher la carotte et la tailler en petits cubes. Couper les citrons confits en 2, retirer la chair et ne garder que l'écorce coupée en morceaux. Dans une cocotte saisir les morceaux de jarret de veau dans de l'huile d'olive sur feu vif pendant 5 mn. Saler et poivrer. Baisser le feu et ajouter l'oignon et les cubes de carotte. Cuire 5 mn puis ajouter le romarin et les citrons confits. Verser 60 cl d'eau dans la cocotte, mettre les 2 morceaux de sucre et la cuillère d'harissa. Couvrir et cuire 1 h 30 sur feu doux en retournant régulièrement les morceaux de viande. Ajouter alors les olives et cuire encore 30 mn. Vérifier la cuisson de la viande et l'assaisonnement. Faire réduire le jus de cuisson quelques minutes sur feu vif sans le couvercle si la sauce est trop liquide. Accompagner de courgettes sautées ou de ratatouille.

Vin conseillé : un Savennières

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>