

RECETTE CUISINE des GONES

FOND DE VEAU

Ingrédients :

- Pour obtenir 1 litre
- 2 litres d'eau froide
- 1 kg d'os de veau concassé
- 100gr de carottes
- 50gr d'oignons,
- 100 gr de champignons
- 1 échalote hachée
- 1 c. à soupe de concentré de tomate
- 1 gousse d'ail
- 1 poireau,
- 1 branche de céleri
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- 1 clou de girofle,
- 2 tomates fraîches épépinées

Recette:

- Faites chauffer le four a 300 °C et faites colorer les os sur une plaque à rôtir (lèche-frite)
- Pelez les légumes et taillez-les en des.
- Laissez la gousse d'ail entière.
- Piquez l'oignon du clou de girofle.
- Ajoutez les légumes (sauf les tomates) aux os et faites-les suer quelques minutes dans le four chaud (pour plus de facilité, vous pouvez mettre les os et les légumes dans un plat).
- Pendant la coloration, les retourner plusieurs fois à l'aide d'une petite écumoire.
- La coloration des os, puis des légumes peut se faire également dans une poêle avec un peu d'huile.
- Cela prend moins de temps, mais lorsque tous les éléments sont dorés, il faut les égoutter dans une passoire pour éliminer le gras
- Versez les os et les légumes dans une grande casserole ou un faitout et ajoutez 2 l d'eau.
- Ajoutez le bouquet garni.
- Portez sur le feu et amenez à ébullition

- Ajoutez les tomates concassées et le concentré de tomate une pincée de gros sel
- Laissez cuire pendant 2 à 3 heures à petits bouillons en dégraissant souvent avec une petite louche et en écumant
- Passez au chinois ou a la passoire fine.
- Refaites éventuellement réduire quelques minutes en écumant Le fond de veau est indispensable pour la confection de sauces élaborées.
- Une fois termine, le fond peut être reparti dans plusieurs petits récipients (pots de yaourt par exemple) et congelé ou stérilisé.

- Vous pourrez ainsi utiliser à chaque emploi juste la quantité nécessaire.

(Fond de veau ou fond brun de veau)

Bon Appétit



Recette : 2011