

## activités

## 2. Dites si les affirmations suivantes sont vraies ou fausses.

1. D'abord on fait cuire la viande dans l'eau chaude.
2. Ensuite on passe la viande sous l'eau froide.
3. On fait cuire la viande et les légumes à grand feu.
4. Il faut préparer un roux blond comme base de la sauce.
5. On ajoute le bouillon et la moutarde au roux.
6. Une fois cuite, on garde la viande au couvert.
7. L'épice piquante est ajoutée quand la sauce est prête.
8. Le dressage se fait en versant la sauce sur la viande.

## 3. Cochez la bonne case.

1. blanchir: ☐ faire bouillir à l'eau

## Objectif travail

4. Parmi les recettes traditionnelles de votre région cherchez-en une à base de veau et révisitez-la en ajoutant des ingrédients de votre choix.

2. rincer:
  - a. ☐ enlever l'eau
  - b. ☐ ajouter l'eau
  - c. ☐ passer à l'eau chaude
  - d. ☐ passer à l'eau claire
3. filmer:
  - a. ☐ enlever le film étirable alimentaire
  - b. ☐ recouvrir d'un film étirable alimentaire
  - c. ☐ utiliser un film étirable alimentaire
  - d. ☐ décorer avec un film étirable alimentaire

## Blanquette de veau à la moutarde

Ingrédients (pour 6 personnes)

- 800 g d'épaule de veau coupée en cubes
- 1 carotte
- 1 oignon
- 1 branche de céleri
- 1 gousse d'ail
- 1 poireau
- 70 g de farine
- 80 g de beurre
- 1 jaune d'œuf
- 10 cl de crème
- 1 cuillère à sucre de moutarde forte
- 1 clou de girofle
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- gros sel et piment de Cayenne

Temps d'exécution : 30 minutes

Temps de cuisson : 70 minutes

## Préparation

- Faire blanchir les cubes de veau, départ eau froide, durant 5 min.
- Laver et éplucher tous les légumes. Piquer le clou de girofle dans l'oignon.
- Egoutter et rincer la viande. Dans une marmite, ranger la viande, les légumes, les aromates et couvrir avec de l'eau froide.

- Saler au gros sel et laisser cuire à frémissement sur feu doux.
- Pendant ce temps, préparer le roux blanc avec la farine et le beurre. Mélanger dans un bol la crème, le jaune d'œuf et la moutarde.
- Lorsque la viande est cuite, la réserver dans un saladier, avec une petite louche de bouillon et filmer pour garder chaud.
- Passer le bouillon à la passoire, réserver les légumes pour un autre usage.
- Verser le bouillon sur le roux, et cuire à ébullition en fouettant jusqu'à atteindre une consistance épaisse.
- Ajouter deux petites louches de sauce dans le mélange de crème, œuf et moutarde, puis reverser le tout dans la sauce restante et couper le feu.
- Mélanger au fouet et rectifier l'assaisonnement avec le gros sel et le piment de Cayenne. Dresser la viande et recouvrir de sauce.
- Servir sans attendre.

