

# LE GOÛT, FIERTÉ EUROPÉENNE LE VEAU 1 BONNE IDÉE POUR 1000 BONNES IDÉES



## DÉS DE VEAU JUSTE SAISIS, RISOTTO À LA CRÈME DE TRUFFE

👤 4 personnes - ⌚ 30 min - 🔥 2 min

### INGRÉDIENTS

600 g d'épaule de veau coupée en petits dés	1 cuillère de brisures de truffe
2 échalotes finement hachées	1 cuillère d'huile de truffe
1 botte de ciboulette	100 g de crème fraîche
250 g de riz arborio spécial risotto	1 courgette verte
2 cuillères de bouillon de légumes	Côtes de blettes rouges
1 oignon finement haché	Pousses de blettes
10 cl de vin blanc	Huile d'olive
50 g de beurre	Poivre et sel

### PRÉPARATION

- 1 **Préparer le risotto :** dans une sauteuse, ajouter, à l'huile d'olive et l'oignon en légère coloration, le riz et faire suer le tout. Déglacer au vin blanc puis ajouter les deux cuillères de bouillon de légumes et de l'eau à hauteur. Saler et poivrer.
- 2 Rajouter au fur et à mesure l'eau afin d'obtenir un risotto al dente.
- 3 Incorporer le beurre et mélanger une fois celui-ci cuit afin de le rendre onctueux.
- 4 Faire sauter à l'huile d'olive bien chaude, les dés de veau environ 2 minutes pour une cuisson rosée. Bien les colorer. Ajouter à la fin les échalotes et la ciboulette. Saler, poivrer.
- 5 **Préparer la crème de truffe :** faire bouillir la crème, ajouter les brisures de truffe et l'huile de truffe. Faire réduire afin d'obtenir une sauce nappante. Saler, poivrer.
- 6 Disposer le risotto dans un plat, rajouter les dés de veau et napper de sauce truffe. Dresser avec les côtes de blettes rouges, les jeunes pousses d'oignons, quelques pousses de blettes et des rondelles de courgette snackées.

### À LA POÊLE

Lors de la cuisson à la poêle, **la matière grasse est le conducteur idéal entre la poêle chaude et la viande.** Vous profiterez ainsi des délicieux arômes qui se dégagent lorsque celle-ci commence à griller.

**Adaptez le format de la poêle à votre pièce de viande** et choisissez-en une de préférence avec un fond épais car elle conserve mieux la chaleur. N'utilisez pas de fourchette pendant la cuisson. **Si vous la piquez, la viande perdra son jus.** Préférez plutôt une pince à viande ou une spatule.