

Blanquette de veau à l'ancienne Riz Créole

Page
1/3

Le marché pour 8 personnes

Éléments de base		1,200 kg d'épaule de veau coupée en 12 cubes de 75 grammes ou 18 de 50 grammes pièce
Cuisson de la viande « à l'anglaise »	mouillement	1,5 litre environ d'eau (froide)
	Garniture aromatique	1 gros oignon (150 grammes) piqué de 3 clous de girofle 150 grammes de carottes fendues en quatre dans la longueur 150 grammes de blanc de poireau (fendu) 1 bouquet garni (1 petite branche de thym, 1 petite feuille de laurier, 1 petite branche de céleri) 2 belles gousses d'ail (4 grammes environ)
	assaisonnement	15 grammes environ de gros sel (de Guérande)
Sauce	Roux blanc	40 à 50 grammes de beurre 40 à 50 grammes de farine (selon qualité, en général, 40 g suffisent)
	Velouté	Le velouté (sauce de base) est composé du roux blanc ci-dessus et du jus de cuisson de la viande + le jus de cuisson des champignons
	Finition (Liaison aux jaunes d'œufs et à la crème)	3 décilitres de crème fraîche entière (vraie crème fleurette ou épaisse) sans additifs autres que (éventuellement, s'il s'agit de crème pasteurisée ou stérilisée) ferments lactiques sélectionnés (exemples 🦠🦠🦠: épaississants, carraghénanes, caroube, etc...🦠🦠🦠 qui donnent un aspect granuleux à la sauce) 3 jaunes d'œufs (facultatifs) ½ jus de citron (facultatif) - Fleur de sel de Guérande (si besoin) - Poivre blanc du moulin
Garniture « à l'ancienne »	Petits oignons « glacés à blanc »	250 grammes de petits oignons (oignons « grelots »), de préférence petits oignons blancs nouveaux. 25 grammes de beurre 1 pincée de sucre 1 pincée de sel de Guérande
	Champignons cuits « à blanc »	300 grammes de petits champignons de Paris (champignons « boutons ») extra fermes 1 décilitre d'eau 30 grammes de beurre ½ citron 1 pincée de sel de Guérande
Riz Créole		300 g de riz long (Basmati, par exemple) 4 décilitre d'eau environ (1,5 à 2 fois le volume de riz, selon sa qualité) - Gros sel de Guérande

Nota : Une blanquette peut être réalisée avec d'autres viandes blanches (ou rosées) : lapin, poularde, poule, poulet, dinde, porc, et même agneau (blanquette de veau aux giroles : délicieux !), etc...

La garniture (de service) « à l'ancienne » (la plus classique) n'est pas obligatoire, elle peut être remplacée par une autre garniture : « Printanière », « Nantaise », « Bergère », « au céleri », « aux poireaux », « aux cardons », « aux poivrons », « aux pointes d'asperges, etc.. C'est la garniture de service qui détermine l'appellation de la blanquette.

La garniture d'accompagnement – qui complète, si besoin, la recette en volume - (ici le riz créole), peut être supprimée ou remplacée par une autre garniture : nouilles, riz pilaf, marrons braisés, carottes glacées à blanc, etc...

Nota : C'est une **erreur gastronomique** de faire dégorger et blanchir les viandes destinées aux blanquettes, aux pochés ou aux fricassées.

Nota : Les mots soulignés de la recette indiquent les points **importants** et **déterminants** pour la réussite de la recette. (le professeur que je suis les appelle « directives pédagogiques »)

Cuisson de la viande « à l'anglaise »

- 1) Couvrir la viande d'eau froide (mouillement à hauteur) dans un récipient plutôt haut que large et proportionné à la quantité de viande. Ajouter le sel.
- 2) Porter lentement à l'ébullition en remuant de temps en temps pour permettre la remontée de l'écume.
- 3) Ecumer à fond (enlever l'écume qui remonte à la surface)
- 4) Ajouter la garniture aromatique (carottes fendues en quatre sur la longueur, blancs de poireaux fendus, oignon piqué de clous de girofle, gousses d'ail, bouquet garni)
- 5) Cuire à faible ébullition à demi-couvert (couvercle non complètement fermé), en dépouillant souvent (dépouiller, c'est enlever les impuretés qui remontent à la surface au fur et à mesure qu'elles se produisent), pendant un temps déterminé par la nature, la qualité et la grosseur de la viande:
 - Veau : 50 minutes à 1 h environ
 - Agneau : 40 à 50 minutes environLa viande doit être cuite mais rester un peu ferme et élastique.
- 6) Au terme de la cuisson, séparer la viande du jus et enlever la garniture aromatique.
- 7) Réserver la viande jusqu'au moment de l'emploi.
- 8) Passer le jus de cuisson au chinois (c'est une passoire fine)

Confection de la sauce (1 litre pour 8 personnes)

I) Le roux blanc

- 1) Faire fondre le beurre dans un récipient inoxydable
- 2) Ajouter la farine et mélanger au fouet inoxydable
- 3) Cuire lentement sur le coin du feu en remuant souvent, jusqu'à ce que le roux ait atteint une teinte laiteuse
- 4) Laisser refroidir avant l'emploi

II) Le velouté

- 1) Verser le jus de cuisson bouillant sur les $\frac{3}{4}$ du roux froid en remuant constamment au fouet
 - 2) Porter à ébullition en remuant constamment
 - 3) Ajouter le jus de cuisson de champignons
 - 4) **Si besoin**, ajouter tout ou partie du reste de roux froid pour obtenir une sauce nappante (elle doit seulement recouvrir le dos d'une cuillère).
 - 5) **Si possible**, cuire lentement pendant au moins $\frac{1}{4}$ heure à $\frac{1}{2}$ heure en dépouillant souvent (enlever les impuretés – écume et graisse – qui remontent à la surface) et en remuant de temps en temps.
- Nota : une sauce liée à la farine non cuite ou mal cuite est indigeste
- 6) Passer le velouté au chinois
 - 7) Réserver au chaud au bain-marie jusqu'au moment de l'emploi en ayant soin de tamponner la surface avec un peu de beurre.

III) Finition de la sauce (liaison à la crème et aux jaunes d'œufs)

- 1) Délayer les jaunes avec la crème fraîche.
 - 2) **Hors du feu**, verser ce mélange dans le velouté bouillant
 - 3) Chauffer doucement sur le coin du feu en remuant constamment à la spatule et en évitant toute ébullition
 - 4) Oter du feu dès que la sauce nappe à la spatule.
- Nota : Si la sauce est trop épaisse, la détendre avec un peu d'eau.
- 5) **Si besoin**, ajouter un peu de jus de citron, juste la quantité nécessaire pour donner une pointe d'acidité.
 - 6) Poivrer très légalement – poivre blanc du moulin -

Nota : Sans que le principe en soit altéré, on peut n'effectuer cette liaison qu'à la crème (sans jaunes d'œufs). La sauce peut alors subir l'ébullition (et la blanquette peut être facilement réchauffée) et est donc moins fragile. Dans ce cas il est d'ailleurs conseillé de faire réduire cette sauce jusqu'à l'à point de consistance désiré.

Petits oignons glacés à blanc

- 1) Mettre les petits oignons dans un sautoir de façon qu'ils ne se superposent pas
- 2) Ajouter le sel, le sucre et le beurre
- 3) Mouiller juste à hauteur avec l'eau.
- 4) Couvrir d'un rond de papier sulfurisé (muni d'un trou) et d'un couvercle
- 5) Cuire doux pendant 45 mn environ (moins s'ils sont nouveaux et très tendres)
- 6) Vers la fin de leur cuisson, les rouler dans leur jus de cuisson réduit à glace (l'eau est évaporée jusqu'à consistance d'un sirop). **Ils ne doivent aucunement colorer.**

Nota : Une méthode pratique consiste à les égoutter dès qu'ils sont cuits mais encore **un peu fermes**. On fait ensuite réduire à glace (consistance d'un sirop) le jus de cuisson. Puis on termine leur cuisson doucement comme ci-dessus (au paragraphe 6) jusqu'à ce qu'ils soient enrobés d'une belle couche brillante.

Champignons cuits à blanc

Préparations préliminaires

Les champignons sont laissés entiers (petits champignons « boutons » ou coupés en quartiers s'ils sont gros)

Technique

- 1) Mettre les champignons dans très peu d'eau bouillante, le jus d'un demi citron, le beurre, et le sel.
- 2) Couvrir d'un rond de papier
- 3) Cuire doux 5 à 8 minutes selon grosseur.
- 4) Au terme de leur cuisson les débarrasser avec leur jus de cuisson et les couvrir d'un rond de papier.

Nota : les champignons autres que champignons de Paris (girolles, cèpes, morilles, shiitakes, pleurotes, etc.) sont simplement sués au beurre et salés (en cuisine, **suer**, c'est faire exsuder l'eau de végétation d'un aliment sans aucune coloration).

Riz créole

Préparations préliminaires

Il est recommandé de laver le riz avant cuisson.

Technique

- 1) Mettre le riz dans 1 fois ½ à 2 fois son volume d'eau froide dans un récipient plutôt haut que large et proportionné au volume de riz.
- 2) Porter rapidement à ébullition
- 3) Cuire à feu très doux, à couvert, **sans remuer**, pendant 12 à 18 minutes selon la qualité du riz.

Nota : En fin de cuisson l'eau doit être complètement absorbée.

- 4) Le changer de récipient (récipient froid)
- 5) Egrener délicatement avec une fourchette (on peut le compléter avec 125g de beurre)
- 6) Le réserver au chaud jusqu'au moment de le servir. (ce riz se réchauffe aussi très bien au four à micro-ondes)

Finition de la blanquette

Nota : Personnellement, je fais réchauffer la viande au four à micro-ondes puis quelques minutes dans le velouté bouillant (avant la liaison aux jaunes) avec les petits oignons et les champignons.

- 1) Réunir ensemble la viande (bien chaude), les petits oignons glacés à blanc et les champignons cuits à blanc.
- 2) Passer la sauce bien chaude au chinois fin sur le tout et mélanger délicatement.
- 3) Faire chauffer si besoin sans faire bouillir si la liaison a eu lieu aux jaunes d'œufs.
- 4) Envoyer blanquette et riz à part.