

SAUTE DE VEAU CORSE



1kg de viande de veau (corse pour apprécier la recette)
200 g de jambon cru (Prisuttu de préférence)
3 gousses d'ail
1 oignon
Olives vertes dénoyautées (environ 150gr)
1 grosse boîte de champignons de Paris
3 cuillères à soupe de concentré de tomate
1 grand verre de vin rouge
Laurier
Thym
Huile d'olive, sel, poivre

Mélanger dans un bol le concentré de tomate et le vin rouge, réserver.

Couper la viande de veau en morceaux et la saisir dans une marmite ou un fait tout, dans un peu d'huile d'olive. Ne pas laisser trop longtemps la viande sur le feu, pour éviter de perdre la tendreté de cette dernière. Le faire en plusieurs fois si nécessaire pour éviter de faire bouillir la viande. Ôter la viande dorée de la marmite puis la réserver.

Hacher l'oignon et écraser l'ail à l'aide d'un presse ail (ou le couper finement), puis faire revenir l'oignon avec le jambon cru dans les sucs de la viande, ajouter l'ail après quelques minutes afin qu'il ne grille pas de suite.

Verser dans une cocotte en fonte, la viande, le mélange ail/oignon/jambon cru, ainsi que le concentré de tomate et le vin rouge. Faire cuire à feu moyen, pour laisser s'évaporer l'alcool environ 10 minutes. Une fois que l'huile remonte à la surface, ajouter de l'eau afin de recouvrir une partie de la viande de veau. Attention ! La viande ne doit pas être noyée dans le liquide, laisser dépasser un peu à la surface.

Ajouter les herbes aromatiques : le thym, le laurier, sel et poivre, goûter et assaisonner à votre goût. Laisser mijoter une quinzaine de minutes, puis ajouter les olives vertes et les champignons dans la préparation.

Laisser mijoter à feu doux et couvert encore 20 minutes environ, la viande doit rester tendre et gouteuse. Ajouter de l'eau si nécessaires afin d'éviter que le fond de la cocotte ne brûle.

Le veau à la corse peut s'accompagner de différents légumes ou féculents : polenta (préparation à base de semoule ou de farine de maïs) ou riz.