



## POT AU FEU de VEAU

Temps préparation : 15 mn

Cuisson : 45 mn

Ingrédients : pour 6 personnes

- 1 Jarret de veau de 2 kg environ
- 2 os à moelle
- 8 petites carottes
- 4 poireaux
- 8 pommes de terre
- 2 navets ronds
- 2 courgettes longues
- 1 oignon blanc
- 1 chou chinois (*particulièrement digeste*)
- bouquet garni : thym, 2 feuilles de laurier, persil, tige de celeri (*selon vos goûts*)
- gros sel, grains de poivre, 6 clous de girofle.

Matériel : 1 grande marmite

### PREPARATION et CUISSON

1 – Préparation des légumes : les laver et les éplucher. Couper en 2 les carottes, les pommes de terre et le chou chinois. Couper les poireaux dans la longueur. Couper en 4 les navets et les courgettes. Piquer l'oignon de 6 clous de girofle. Ficeler le bouquet garni.

2 – Laver sous l'eau froide le jarret de veau. Le déposer dans une grande marmite et ajouter de l'eau jusqu'au dessus de la viande. Porter à ébullition et écumer régulièrement pour avoir un bouillon propre.

3 – Ajouter tous les légumes sauf les pommes de terre. Ajouter 2 c.a café de gros sel. Mettre à cuire pour 1 heure, à feu doux (*frémissement*) et à couvert.

4 – Après 1 heure de cuisson, mettre les pommes de terre dans le panier du couscoussier et le déposer sur le dessus de la marmite. Mettre dans le bouillon les os à moelle. Poursuivre la cuisson encore 1 heure.

A défaut de couscoussier, vous pouvez cuire les pommes de terre à part dans une casserole pendant 20 mn environ. (*Il est déconseillé de cuire les pommes de terre dans le pot au feu, le bouillon deviendrait trouble*).