



VEAU aux poivrons AXOA

Temps préparation : 20 mn

Temps de cuisson : 2 h

Ingrédients : pour 6 personnes

- 1,200 kg d'épaule de veau
- 2 poivrons rouges
- 2 poivrons jaunes
- 2 poivrons verts
- 2 petits oignons blancs
- 1 boîte de tomates concassées avec jus de 400 g
- 1 gousse d'ail
- 1 portion de fond de veau surgelée (ou 1 c.à soupe de fond de veau déshydraté mélangée à 10 cl d'eau)
- un bouquet de thym
- sel, piment d'Espelette
- graisse de canard (à défaut huile d'olive)
- pour l'accompagnement : 1 Kg petites pommes de terre de l'Ile de Ré.

Matériel : un éplucheur, un découpe légumes

PREPARATION

- 1 – Détailler la viande de veau en petits morceaux.
- 2 – Découper également en petits morceaux les poivrons épluchés et les oignons (*l'utilisation du découpe-légumes est une aide précieuse*) Ecraser la gousse d'ail.
- 3 – Dans une cocotte à fond épais, faire fondre 2 c.à soupe de graisse de canard. Faire revenir les oignons 5 mn puis ajouter la viande et faire revenir 10 mn.
- 4 – Ajouter tout le reste des ingrédients : poivrons, tomates, la portion de fond de veau, thym, sel.

CUISSON

Mettre le couvercle et laisser cuire doucement pendant 1 h 30 en remuant de temps à autre.

Après 1 h 30, enlever le couvercle et laisser évaporer l'excédent de jus pendant 25 mn environ. Ajouter 2 pointes de couteau de piment d'Espelette. Au final, la viande est très tendre et l'AXOA est peu juteux.