

Blanquette De Veau Allégée



Nombre de personnes : 6

Ingrédients

1kg de veau à blanquette - Du jus de citron - 2 à 3 cuillères à soupe de crème fraîche à 5% - Des champignons de Paris - Quelques carottes - De l'oignon- De l'échalote - Du thym - Sel, poivre

Préparation

Préparation : 15 minutes - Cuisson : 30 à 45 minutes

- Epluchez les oignons, échalotes et carottes
- Mettez la viande dans une casserole d'eau froide avec les condiments et les carottes
- Faites cuire la viande à l'eau frémissante pendant 20 minutes, égouttez et changez l'eau de la casserole
- Pendant que la viande cuit, préparez vos champignons s'ils sont frais en petites lamelles
- Remettez sur le feu une deuxième fois avec les champignons et laissez cuire jusqu'à ce que la viande s'effrite légèrement
- Egouttez la viande et gardez un peu de bouillon pour pouvoir faire la sauce
- remette sur le feu avec le peu de bouillon, la crème fraîche et le jus de citron
- Mélangez bien le tout et dès que la sauce a une bonne consistance, la blanquette est prête...