



Rôti de veau de pentecôte aux épices

Ingrédients pour 6 personnes :

- 1 rôti de veau de 800 g environ,
- 1 oignon rouge,
- 1 gousse d'ail hachée,
- 1 citron non traité,
- 1 botte de coriandre,
- 1 c à café de gingembre en poudre,
- ½ c à café de cannelle en poudre,
- 1 c à café de graines de cumin,
- 1 bouillon KUB dilué dans 20 cl d'eau,
- 1 c à soupe d'huile d'olive,
- sel, poivre au moulin.

Semoule :

- 2 verres de semoule à couscous grain moyen,
- 1 c à soupe d'amandes effilées,
- 1 c à soupe de raisins blonds,
- 20 g de beurre.

Temps de préparation :

10 mn

Temps de cuisson :

50 mn

Température de cuisson :

À la cocotte

Recette :

- Mettre une cocotte à chauffer avec l'huile d'olive et faire dorer la viande sur toute ses faces.
- Quand elle est bien dorée, ajouter l'ail et les épices, laisser revenir à nouveau 1 min puis arroser de bouillon. Ajouter l'oignon rouge pelé et coupé en quartiers, le citron coupé en huit et les feuilles d'1/2 botte de coriandre. Saler, poivrer, couvrir et laisser cuire à feu doux 45 minutes.
- Peu de temps avant la fin de cuisson, préparer la semoule. Porter à ébullition 2 verres d'eau puis hors du feu, ajoutez les 2 verres de semoule.
- Laisser gonfler 5 min. Ajouter alors le beurre coupé en dés, les amandes et les raisins. Saler et remettez 2 minutes sur le feu tout en mélangeant la semoule à la fourchette.
- Verser la semoule dans le fond de votre plat de service et garder au chaud.
Découper la viande, et la disposez sur la semoule. Verser la sauce sur le dessus et saupoudrer de la deuxième moitié des feuilles de coriandre ciselée.

Commentaires :