

Sur commande :

☎ : 07 69 08 29 28

@ : la-ferme-de-pantegnies@orange.fr

www.la-ferme-de-pantegnies.fr



Retrouvez les prochaines dates de vente
et toute l'actualité sur FACEBOOK La Ferme de Pantegnies

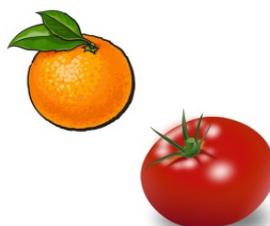


OSSO BUCCO DE BOEUF

La vraie recette (pour les épicuriens...)

Ingrédients

2 grosses tranches de jarret de bœuf
avec os de 400 à 500 g chacune
4 oranges
2 boîtes de tomates pelées
8 morceaux de sucre
6 c. à soupe d'huile d'olive
Sel et poivre



25 min



4 pers.



3h30

Gremolata : 1 bouquet de persil plat, 1 gousse d'ail, 1 citron

La recette

Couper les zestes des oranges et presser leur jus.

Blanchir les zestes des oranges à l'eau bouillante et les confire 30 minutes à feu très doux avec 25 centilitres d'eau et le sucre.

Chauffer une cocotte avec l'huile, colorer les tranches de jarret de bœuf des deux côtés et à feu vif, ajouter les tomates pelées avec leur jus et les zestes d'oranges confits, verser le jus des oranges et 25 centilitres d'eau, saler, poivrer et laisser mijoter 3 heures à couvert et à feu très doux.

Préparer la gremolata : hacher le persil et la gousse d'ail, râper le zeste du citron et mélanger le tout

Servir l'osso buco de bœuf gremolata accompagnés de pâtes ou de risotto, servir avec un rosé frais

La recette SIMPLISSIME (pour les pressés...)

La veille, chauffer une cocotte avec l'huile d'olive et une noix de beurre, colorer les tranches de jarret de bœuf des deux côtés et à feu vif.

À feu doux, ajouter 1 boîte de tomates pelées et une brique de tomacoulis (200g), et mouiller jusqu'à hauteur au jus d'orange pur jus.

Salez, poivrez.

Le lendemain, faire mijoter à feu doux toute la matinée.

Faire évaporer doucement pour concentrer la sauce avant de servir.

Bon appétit !

Source : la viande-fr