

Rôti de veau aux 4 épices

Waiting for the sun
<http://christlor.sirdelor.net/>



Ingrédients pour 6 personnes

- un rôti de veau (500 g environ) • 1 oignon • 2 pommes
- 1 cube et 20 cl d'eau • 1 orange non traitée (zeste et jus)
- 1 càc de gingembre en poudre • 1 càs de 4 épices
- sel, poivre • huile d'olive, beurre

Faire mariner une nuit le rôti dans le jus d'orange pressée et les épices (gingembre, 4 épices).

Le lendemain, sortir le rôti de sa marinade, et le déposer dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive. Faire dorer sur chaque face.

Réserver après l'avoir enfermé dans du papier aluminium.

Peler les pommes, les épépiner et les couper en morceaux.

Peler l'oignon et l'émincer.

Dans la même sauteuse, faire revenir l'oignon quelques minutes puis ajouter une noix de beurre.

Y déposer les pommes et les faire dorer.

Ajouter la marinade, puis remettre le rôti.

Préparer un bouillon avec le cube et de l'eau bouillante.

Le verser dans la sauteuse, et laisser mijoter 20 minutes.

Saler, poivrer.

Servir le rôti découpé en tranches, accompagné des pommes fondantes et arrosé de son jus de cuisson.