

OSSO BUCCO AUX FENOUILS



Pour 4 personnes

Ingrédients :

**4 rouelles de veau
4 fenouils moyens
10 cl de vin blanc sec
40 g de câpres
3 c à c de fond de veau
1 c à s de farine
1 bouquet garni
3 c à s d'huile d'olive**

Couper les fenouils à la base. Retirer éventuellement la première enveloppe puis les couper en 4.

Saler, poivrer puis fariner légèrement les rouelles de veau. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse et y faire dorer la viande sur chaque face environ 6 minutes.

Ajouter les fenouils, l'ail écrasé et le bouquet garni. Mouiller avec le vin blanc et 25 cl d'eau. Saupoudrer de fond de veau. Couvrir et laisser mijoter 1 heure à feu doux. (Pour des fenouils un peu plus croquants, les ajouter une demi-heure avant la fin de la cuisson.)

Au terme de la cuisson, retirer le bouquet garni. Ajouter les câpres égouttées.