

VEAU AUX CAROTTES ET A L'ORANGE



Pour 4 personnes

Ingrédients :

1 kg de flanchet de veau coupé en morceaux

1 kg de carottes

2 oignons

2 gousses d'ail

2 branches de céleri

30 g de raisins secs

1 orange non traitée

20 cl de vin blanc sec

1 feuille de laurier

½ c à c de cannelle en poudre

½ c à c de quatre-épices

Peler les oignons et les gousses d'ail puis les hacher finement.

Râper le zeste de l'orange puis la presser. Mettre le jus et les raisins secs dans une casserole et porter à ébullition. Eteindre le feu et laisser gonfler les raisins.

Couper les carottes en fines rondelles et les branches de céleri en tronçons d'un centimètre.

Dans une cocotte, faire revenir les morceaux de viande sur feu vif. Réserver la viande et faire blondir le hachis d'ail et d'oignon.

Remettre la viande dans la cocotte, ajouter le laurier, les raisins et leur jus. Verser le vin blanc, saupoudrer avec les épices, saler et poivrer. Couvrir et laisser mijoter doucement pendant 30 minutes.

Puis ajouter les carottes, le céleri et les zestes d'orange. Couvrir et laisser cuire 45 minutes. Lier la sauce au moment de servir avec de la maïzena et rectifier l'assaisonnement si besoin.