Difficulté

Viande : Veau

Morceaux : Épaule

Paleron de veau confit à basse température et grillé, purée d'ail noir et déclinaison autour du panais

Recette de Nicolas FRION Le Gabriel (33-Bordeaux)

TEMPS

Préparation : 50 min
Temps de cuisson : 3h00

PARTS

Recette pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

- 1,2 kg paleron veau
- 5 branches romarin
- 1 branche thym
- 1 oignon blanc (80 g)
- 3 gousses d'ail
- 1 carotte
- 100 g beurre
- Sel
- Poivre
- 2 l + 1/4 + 10 cl fond de volaille
- 1/4 vinaigre balsamique
- 1/4 fond de veau
- 150 g beurre
- 500 g panais
- 1/2 l de lait
- 1/2 l crème
- 2 têtes d'ail noir

PRÉPARATION

Pour la viande:
1. Assaisonner le paleron de veau avec le sel et poivre.
2. Mettre à chauffer le fond de volaille puis ajouter tous les ingrédients (oignons, thym, romarin, ail).
3. Immerger le paleron de veau et laisser cuire à 70°C pendant 3h00.

Pour la sauce balsamique/romarin:
1. Mettre dans une casserole le vinaigre balsamique et le romarin, puis faire réduire de 3/4 afin de faire évaporer le vinaigre et réduire l'acidité de celui-ci.
2. Ajouter le fond de veau et faire réduire pour obtenir une sauce sirupeuse.
3. Monter au beurre la sauce et vérifier l'assaisonnement.

Pour la purée de panais:
1. Eplucher les panais, puis les mettre à cuire dans le fond de volaille, la crème et le lait (environ 15 à 20 min de cuisson).
2. Mixer le tout puis ajouter le beurre et vérifier l'assaisonnement.

Pour la purée d'ail noir:
1. Eplucher les gousses d'ail noir, puis les mettre dans un mixeur et verser dessus le fond de volaille et la crème préalablement chauffé. Assaisonner de sel et poivre.

Pour l'accompagnement de la purée:
1. Tailler des morceaux de panais en biseaux, puis les poêler au beurre avec une gousse d'ail.
2. Laisser cuire doucement environ 5 min et ajouter en fin de cuisson une cuillère à soupe de ciboulette ciselée.
3. Tailler à l'aide d'un éplucheur des petites lanières de panais. La moitié sera servi cru (juste assaisonnée à l'huile d'olive et sel). L'autre moitié juste frite pour réaliser les chips.

Pour le dressage:
1. Tailler en pavé le paleron confit puis le griller sur chaque face.
2. Dresser la purée de panais et ajouter les lanières de panais crues et frites.
3. Ajouter les biseaux de panais sautés au beurre et ciboulette.
4. Mettre plusieurs points autour de purée d'ail noir.

Crédit photo Philippe Pêcher