

DFM 930 CHAUD DEVANT 2018
« Les Bons Petits Plats de Francette »
Orloff de Veau au Parmesan, Pancetta et Olives Noires

Préparation : 30min, Cuisson : 45min, Pour 4 Personnes

Il vous faut : 750g d'épaule de veau (1 morceau entier), 1 bande de barde de 5cm de large et 40cm de long, 12 fines tranches de pancetta, 100g d'olives noires dénoyautées, 120g de parmesan entier, 1/2 cuillère à café d'origan, 8cl d'huile d'olives, 10cl de vin blanc, 15g de beurre, sel, poivre.

Réalisation de cette Recette :

Préchauffez le four à 200°. Hachez grossièrement les olives noires, mélangez-les dans un bol avec l'origan. Détaillez le parmesan en fines tranches.

Faites 3 entailles assez profondes dans le morceau d'épaule de veau, dans la longueur façon portefeuille. Répartissez les tranches de pancetta, de parmesan et le mélange d'olives à l'origan à l'intérieur de ces entailles. Entourez le rôti avec la barde puis ficellez-le pour maintenir le tout.

Déposez le rôti dans un plat en métal ou une plaque de four. Assaisonnez-le et arrosez-le d'huile d'olives. Enfournez-le et faites-le cuire pendant 20min. Arrosez ensuite le rôti avec le jus de cuisson, baissez le thermostat du four à 180°, puis remettez-le à cuire 20min.

Sortez le rôti du four, déposez-le sur une grille ou dans une assiette, couvrez-le avec une feuille de papier aluminium.

Dégraissez le plat de cuisson, puis placez-le sur le feu. Déglacez le plat avec le vin blanc et 10cl d'eau, faites réduire 5min sur feu vif en grattant le fond avec une spatule. Baissez le feu, puis ajoutez le beurre en mélangeant, versez le jus obtenu dans un bol.

Coupez le rôti en tranche épaisses, servez avec le jus et accompagnez-le avec des pommes de terre sautées à la fleur de sel.