

Lanières de Veau de grain du Québec Stroganoff

RECETTE INSTANT POT EN p.2



Type de coupe : émincés

Rendement : 5 portions

Exécution : facile

Préparation : 15 minutes

Cuisson : dépendamment du mode de cuisson désiré

Mode de cuisson : mijoter

Ingrédients

- 1 kg (2 lb) de lanières à braiser de Veau de grain du Québec
- Huile et beurre en quantité suffisante
- Sel et poivre au goût
- 250 ml (1 tasse) de fond de veau concentré préparé
- 100 ml (1/3 tasse) de brandy
- 250 ml (1 tasse) de sauce demi-glace concentrée préparée
- 15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Dijon
- 15 ml (1 c. à soupe) de moutarde de Meaux
- 15 ml (1 c. à soupe) de jus de citron
- 2 oignons tranchés en rondelles de 1/4 po (0,5 cm) d'épaisseur, défaits en rondelles
- 500 g (18 oz) de champignons tranchés
- 500 ml (2 tasses) de crème sure

Préparation

(Choisissez la méthode de cuisson désirée)

Four

1. Préchauffer le four à 175 °C (350 °F).
2. Dans un récipient allant au four, idéalement en fonte émaillée, chauffer l'huile à feu moyen-élevé et colorer les lanières de veau. Saler et poivrer puis réserver.
3. Déglacer avec le fond de veau et le brandy, ajouter la sauce demi-glace, la moutarde de Dijon, la moutarde de Meaux et le jus de citron puis bien mélanger.
4. Remettre les lanières de veau dans le récipient, amener à ébullition, couvrir et enfourner pour environ 1 h 30, selon la tendreté et l'épaisseur, jusqu'à ce que la viande se détache avec une légère pression ou que la température interne atteigne 90 °C (195 °F).
5. Pendant ce temps, dans un poêlon, à feu doux, faire dorer les oignons dans le beurre et réserver.
6. Dans le même poêlon, à feu moyen-élevé, faire sauter les champignons dans le beurre et réserver.
7. Quinze minutes avant la fin de la cuisson des lanières, ajouter à la sauce la crème sure, les champignons et les oignons réservés puis bien mélanger.
8. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Mijoteuse

1. Régler la mijoteuse à « haute intensité ».
2. Dans un poêlon, chauffer l'huile à feu moyen-élevé et faire colorer les lanières de veau.
3. Mettre les lanières dans la mijoteuse.
4. Déglacer le poêlon avec le fond de veau et le brandy, ajouter la sauce demi-glace, la moutarde de Dijon, la moutarde de Meaux et le jus de citron puis bien mélanger.
5. Amener à ébullition et verser dans la mijoteuse.
6. Saler et poivrer au goût.
7. Couvrir et laisser cuire approximativement 4 heures, jusqu'à ce que la viande cède facilement sous la pression ou que la température interne atteigne 90 °C (195 °F).

Lanières de Veau de grain du Québec Stroganoff

Préparation (suite)

Mijoteuse (suite)

8. Pendant ce temps, dans un poêlon, à feu doux, faire dorer les oignons dans le beurre et réserver.
9. Dans le même poêlon, à feu moyen-élevé, faire sauter les champignons dans le beurre et réserver.
10. Quinze minutes avant la fin de la cuisson des lanières, ajouter à la sauce la crème sure, les champignons et les oignons réservés puis bien mélanger.
11. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Autocuiseur

1. Dans l'autocuiseur sans couvercle, chauffer l'huile à feu moyen-élevé et faire colorer les lanières de veau.
2. Saler et poivrer au goût.
3. Ajouter le fond de veau et le brandy et mélanger.
4. Fermer l'autocuiseur et faire cuire pendant 20 minutes.
5. Pendant ce temps, dans un poêlon, à feu doux, faire dorer les oignons dans le beurre et réserver.
6. Dans le même poêlon, à feu moyen-élevé faire sauter les champignons dans le beurre et réserver.
7. Par la suite, laisser baisser la pression de l'autocuiseur et l'ouvrir.
8. Ajouter la sauce demi-glace, la moutarde de Dijon, la moutarde de Meaux, le jus de citron ainsi que la crème sure, les champignons et les oignons réservés puis mélanger délicatement.
9. Amener à ébullition et laisser mijoter à feu doux pendant 15 minutes.
10. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Note : Stroganoff – Adaptation française de la recette populaire russe (Stroganov).

Lanières à braiser : lanières provenant de l'avant ou de muscles de 2^e ou de 3^e tendreté.

Recette provenant de Alain Fortier, chef et conseiller-formateur pour le Veau de grain du Québec.