

La Poche de Veau Farcie

Lou Piech

Ingrédients : pour 8 personnes

- › 2 kg à 2.4 kg de poitrine de veau,
- › 200 g de petit salé maigre,
- › 10 oeufs (*6 pour être cuits durs en décoration et 4 pour la liaison de la farce*),
- › 1,5 kg de feuilles (*vert*) de blette,
- › 500 g de petits pois à écosser (*de 150 g à 180 g une fois écosés*),
- › 500 g d'oignons blancs ou de cébettes,
- › 400 g de petits artichauts violets (*en saison*),
- › 500 g de fèves à écosser (*en saison*),
- › 50 g de riz rond du Piémont ou de Camargue,
- › 100 g de fromage de lait de vache de montagne sec râpé (*sbrinz*),
- › 50 g d'ail,
- › 50 g de persil,
- › sel gros & fin, poivre du moulin.

VARIANTES

En saison :

- › **4 fleurs de courgette ***
- › **200 g de courgettes longues de Nice ***
- › **Après la cuisson, la poche de veau entière peut être dorée (braisée) au four en l'arrosant plusieurs fois de bouillon qui en réduisant va se colorer, épaissir et former une pellicule sur la poche.**
- › **La poche de veau peut être servie avec une sauce tomate ou accompagnée de légumes cuits dans le bouillon comme par exemple pour le pot-au-feu.**

Temps de préparation : 40 min

Temps de cuisson : 1h30

Saison : toute l'année ; les légumes de la farce sont différents suivant les saisons

Ouvrir la poitrine de veau (soit sur un seul côté ou en deux). Préparer les légumes : écosser fèves et petits pois, éplucher les oignons, laver les blettes et retirer les côtes, laver également les fleurs et les courgettes, ne conserver que le coeur des artichauts. Émincer finement les feuilles de blette blanchies et bien pressées, les oignons, les coeurs d'artichauts, les courgettes* et fleurs de courgette*, hacher l'ail et le persil et mettre tous les légumes préparés dans une terrine. Faire blanchir le riz à l'eau bouillante pendant 5 à 6 minutes, l'égoutter, le rincer à l'eau froide, faire durcir 6 oeufs et les débarrasser de leur coquille.

Ajouter aux légumes le riz, le petit salé finement haché, 4 oeufs (non cuits) et le fromage râpé. Mélanger le tout, saler et poivrer au moulin.

Remplir la poche de veau avec la farce obtenue, répartir les oeufs durs entiers dans la farce (ils constitueront un motif décoratif lorsque la poche de veau sera coupée en tranches...). Recoudre l'ouverture de la poche à points serrés avec de la ficelle. Plonger la poche dans l'eau bouillante ou du bouillon de viande (fond blanc) et cuire à feu moyen pendant 1 heure 30. Laisser refroidir la «poche» qui peut se servir en plat froid ou réchauffée au four. Couper la poche en tranches d'un centimètre d'épaisseur (la mettre préalablement au réfrigérateur pour la couper plus facilement) et la servir à température ambiante ou la faire réchauffer à four doux après l'avoir humectée d'un peu de bouillon.