

# La Blanquette de Veau Traditionnelle : Le Secret d'une Sauce Onctueuse

---

## Sélection des ingrédients

- Viande : 1kg de veau composé d'un mélange de morceaux à cuisson longue (épaule, tendron, flanchet) et de morceaux maigres (noix, quasi).
- Garniture aromatique : Oignons cloutés de girofle, carottes, poireaux et un bouquet garni.
- Base de la sauce : 50g de beurre, 50g de farine et 750ml à 1L de bouillon de cuisson filtré.
- Liaison : Crème fraîche épaisse et jaunes d'œufs.
- Accompagnement : Riz long grain pour une cuisson façon créole.

## Préparation et cuisson de la viande

- Blanchiment indispensable : Plonger la viande 2 minutes dans l'eau bouillante puis rincer à l'eau froide pour éliminer les impuretés.
- Cuisson lente : Faire mijoter la viande avec la garniture aromatique pendant 1h30 à 1h45 à frémissement après ébullition.
- Préparation des champignons : Cuire les champignons de Paris à part dans un mélange d'eau, de beurre et de jus de citron avant de les incorporer.

## Réalisation de la sauce veloutée

- Confection du roux : Mélanger le beurre et la farine, puis mouiller progressivement avec le bouillon de cuisson filtré.
- Liaison finale : Mélanger les jaunes d'œufs et la crème fraîche, puis incorporer ce mélange hors du feu pour éviter la coagulation.
- Équilibre des saveurs : Ajouter un filet de jus de citron en fin de préparation pour contrebalancer la richesse de la crème.

## Conseils de service

- Servir la blanquette bien chaude nappée généreusement de sa sauce onctueuse.
- Accompagner traditionnellement avec un riz créole (riz long grain cuit à l'eau bouillante salée).
- Veiller à ce que la sauce nappe bien la cuillère avant de servir.