

# UNE VIANDE DE VEAU BIEN DE CHEZ NOUS

## La viande de veau mise en valeur grâce à une campagne européenne très appréciée 'Une bonne idée pour 1000 bonnes idées'

La viande de veau est une des pièces maîtresses de notre héritage gastronomique, les recettes de veau étant intimement liées à la culture culinaire européenne: blanquette, escalope milanaise, osso bucco, rôti orloff, veau marengo, ... Les Européens raffolent de leur bon morceau de veau, non seulement pour sa saveur exquise, mais aussi parce qu'il symbolise les bons moments passés à table ...

Le VLAM est particulièrement heureux que la campagne européenne 'La viande de veau, une bonne idée pour 1000 bonnes idées' se déroule également en Belgique. A partir de fin mai 2019, les consommateurs pourront aller sur le site web « foudeveau.be », une source d'inspiration où ils trouveront plein d'informations sur la viande de veau et de délicieuses recettes à base de veau. En automne se déroulera un grand concours en ligne, avec en lice 3 chefs européens: un Italien, un Français et le jeune chef gantois Anthony Snoek du restaurant Volta. Et enfin, il y aura une grande campagne en ligne avec un chouette film promotionnel.

Vous pouvez aussi contribuer au succès de cette campagne en tant que boucher. Donnez au matériel promotionnel original la visibilité qu'il mérite dans votre magasin et commandez sans tarder, via le formulaire ci-dessous, la série de recettes (emballées dans un présentoir pratique). Au milieu de ce jour-

nal, vous trouverez aussi une affiche. Accrochez-la dans votre boucherie et soyez une source d'information et d'inspiration pour vos clients. Voulez-vous parier qu'ils mettront à nouveau du veau au menu cet été ?

Le veau est certainement un morceau de viande délicat, aux arômes raffinés et au goût subtil. Cela ne signifie pas pour autant qu'il est difficile à préparer ou qu'il vous oblige à passer beaucoup de temps dans votre cuisine. Grâce à la grande diversité de morceaux, vous trouverez l'inspiration dans les recettes du monde entier, quelle que soit la saison.



### FORMULAIRE DE COMMANDE MATÉRIEL PROMOTIONNEL DANS UNE DISPLAY

carine.vos@landsbond-beenhouwers.be ou fax 02/736 64 93

Nom: .....

Prénom: .....

Rue / N°: .....

N° postal / Commune .....

Jour de fermeture: .....

Tél.: .....

Date: .....

Signature: .....

## ÉMINCÉS DE VEAU ET JULIENNE DE LÉGUMES D'ÉTÉ



**Temps de préparation : 20 minutes**  
**Pour 4 personnes**

### Ingrédients :

450 g de noix de veau  
2 carottes  
2 poivrons rouges  
3 courgettes  
12 tomates cerise  
huile d'olive  
15 tomates cerise  
basilic  
sel  
poivre

### Préparation :

Nettoyer et découper tous les légumes en julienne.  
Ajouter un filet d'huile d'olive et réserver.  
Couper la viande en petits dés.  
Dans un wok très chaud et légèrement huilé, faire revenir la viande 2 minutes par face puis laisser cuire quelques minutes.  
Ajouter les légumes.  
Servir la viande avec la julienne, décorer de tomates cerise et de feuilles de basilic.

## BROCHETTES DE VEAU AUX POIVRONS



**Temps de préparation : 15 minutes + 20 minutes au barbecue**  
**Pour 8 brochettes**

### Ingrédients :

800 g d'épaule de veau  
2 oignons rouges  
2 poivrons jaunes  
2 poivrons verts  
graines de cumin  
feuilles d'épinard fraîches  
sel  
poivre

### Préparation :

Couper la viande et les légumes en gros cubes.  
Confectionner les brochettes en alternant légumes et viande.  
Faire cuire les brochettes au barbecue.

Servir les brochettes avec des feuilles d'épinard fraîches et assaisonner de quelques graines de cumin.

## CÔTE DE VEAU ET LÉGUMES GRILLÉS



**Temps de préparation : 25 minutes**  
**Pour 4 personnes**

### Ingrédients :

4 côtes de veau  
huile d'olive  
2 courgettes  
2 poivrons rouge  
2 poivrons jaune  
2 aubergines  
sel  
poivre

### Préparation:

Découper les légumes, puis les faire revenir à la poêle avec un filet d'huile d'olive. Assaisonner à votre goût.

Faire cuire les côtes de veau 1 minute à feu vif puis 6 à 8 minutes à feu doux couvert.  
Saler, poivrer.

Servir la viande avec les légumes grillés.

## RÔTI DE VEAU FARCİ AUX ÉPINARDS, TAGLIATELLES DE LÉGUMES



### Ingrédients :

800 g de longe de veau

#### Pour la farce :

300 g d'épinards hachés

50 g de mie de pain

1 pot de Ricotta

1 œuf

50 g Parmesan

20 g d'huile d'olive

1 gousse d'ail

sel

poivre

#### Pour l'accompagnement :

2 carottes

2 courgettes

gros sel

### Déroulé de la recette :

Préparer la farce :

Mélanger dans un saladier les épinards hachés, la mie de pain, l'œuf, le parmesan, la gousse d'ail et la ricotta.

Préparer le rôti :

Réaliser une poche en incisant la longe dans la longueur, côté peau (ou demander à votre boucher de le faire). Farcir cette poche avec votre préparation aux épinards. Refermer avec du fil de cuisine, puis déposer le rôti dans un plat allant au four. Saler et poivrer.

Enfourner à 140 ° pendant 50 min, en arrosant régulièrement avec le jus de cuisson. Laisser reposer 10 minutes sous une feuille d'aluminium.

Préparer les tagliatelles de légumes :

Peler les légumes et les couper en lamelles à l'aide d'un économe.

Faire bouillir une grande casserole d'eau avec du gros sel, y déposer les tagliatelles de carottes et laisser cuire environ 1

min afin de les blanchir.

Vider dans une passoire et arroser immédiatement d'eau très froide. Réserver et répéter avec les courgettes.

Faire chauffer de l'huile d'olive dans une poêle, y déposer les tagliatelles de légumes, saler, poivrer et laisser cuire 5 min à feu moyen afin de garder les légumes croquants.

Servir le rôti en tranches, accompagné de tagliatelles de légumes.

## BOULETTES AUX HERBES



**Temps de préparation : 25 minutes**

**Pour 4 personnes**

### Ingrédients :

500 g de veau haché

1 œuf

1 oignon

1 gousse d'ail

3 c. à soupe de parmesan râpé

2 c. à soupe de persil ciselé

1 c. à soupe de basilic ciselé

2 tranches de pain de mie sans croûte

4 c. à soupe de lait

huile d'olive

menthe

basilic

amandes effilées

tomates fraîches

sel

poivre

### Préparation:

Eplucher l'oignon et la gousse d'ail et ciselez-les finement.

Faire tremper le pain dans le lait.

Mélanger le veau avec les herbes, l'oignon, l'ail, l'œuf battu, le parmesan, et le pain égoutté.

Rectifier l'assaisonnement.

Réaliser les boulettes, puis les déposer au fur et à mesure dans une assiette.

Filmer et réserver au frais pendant au moins 30 min.

Chauffer de l'huile d'olive dans une poêle et faire dorer les boulettes de tous les côtés (10 min environ).

Couper les tomates en petits dés et mélanger avec de la

menthe et du basilic. Servir les boulettes avec la salade des tomates. Parsemez d'amandes effilées.

## ESCALOPE MILANAISE



**Temps de préparation : 40 minutes**

**Pour 4 personnes**

### Ingrédients :

4 escalopes de veau bien fines

chapelure

parmesan râpé

1 œuf battu

1 citron

roquette

huile d'olive

tomates cerises

farine

sel

poivre

### Préparation:

Préparer les escalopes : si elles ne sont pas assez fines, les aplatir au rouleau à pâtisserie entre 2 feuilles de film alimentaire.

Mettre de la farine dans une première assiette, l'œuf battu avec sel et poivre dans une seconde assiette et enfin un mélange à parts égales de parmesan râpé et chapelure dans une troisième assiette.

Passer les escalopes dans la farine (enlever l'excédent de farine si besoin) puis dans l'œuf battu et dans le mélange parmesan/chapelure.

Mettre les escalopes au frigo pour 15 minutes (étape importante pour que la croûte tienne à la cuisson).

Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle.

Quand la poêle est bien chaude, faire saisir les escalopes des 2 côtés.

Quand elles sont bien dorées, baisser le feu et laisser cuire encore 5 minutes.

Servir les escalopes avec de la roquette, des tomates crues et une rondelle de citron jaune.

### FORMULAIRE DE COMMANDE MATÉRIEL PROMOTIONNEL LE PORC UNE RECETTE POUR CHAQUE FOURCHETTE EMBALLÉES DANS UN PRÉSENTOIR PRATIQUE

carine.vos@landsbond-beenhouwens.be ou fax 02/736 64 93

Nom: .....

Prénom: .....

Rue / N°: .....

N° postal / Commune .....

Jour de fermeture: .....

Tél: .....

Date: .....

Signature:.....

