



MARMITE NORVÉGIENNE • Recettes

Blanquette de Veau

? Blanquette de Veau en Marmite Norvégienne

Mais pourquoi cette recette ?

L'envie d'un grand classique oublié, réconfortant, authentique... et plein de souvenirs d'enfance ?

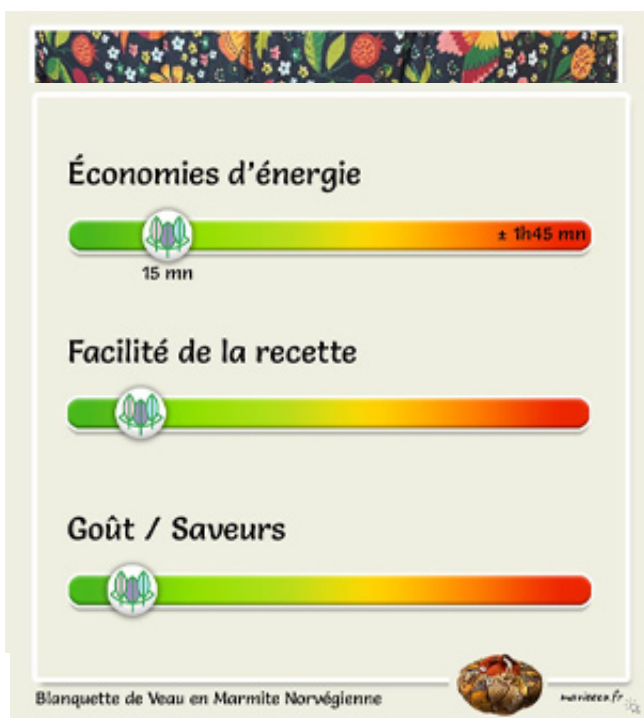
? On a craqué pour ce plat d'antan !

C'est du moelleux, du mijoté, du "comme chez Mamie".

Un vrai câlin dans l'assiette ??

Préparation : 20 min • **Cuisson** : 15 min sur le feu + 3h en marmite • **Temps total** : env. 3h30 (sans surveillance ?)







Coût de la Recette au 23/05/25		
Veau (épaule, collier, tendrons) : 600 g	14.70€	9.77€
Carottes : 300 g	0.72€	0.68€
Champignons de Paris : 200 g	0.99€	0.43€
Oignons : 200 g	0.82€	0.38€
Bouillon de volaille : 1 litre	0.28€	0.28€
Crème fraîche : 50 cl	1.68€	1.25€
Farine : 30 g	0.03€	0.02€
Beurre : 20 g	0.15€	0.15€
Jus de citron : 10 cl	0.55€	0.51€
1 Bouquet garni (thym, laurier, persil)	0.10€	0.10€
Sel : 10 gr / Poivre : 5 g	0.10€	0.10€
	ACHAT MARCHÉ DISTRIBUTEUR	ACHAT 1er PRIX
 Pour 4 Personnes	20.12€	13.67€
Portion / Personne	5.03€	3.42€

Blanquette de Veau en Marmite Norvégienne  maviieco.fr

? Ingrédients pour 4 personnes :

- 600 g de veau (épaule, collier, tendrons)
- 300 g de carottes
- 200 g de champignons de Paris
- 200 g d'oignons
- 150 cl de bouillon de volaille
- 50 cl de crème fraîche
- 30 g de farine
- 20 g de beurre
- 10 cl de jus de citron
- 1 bouquet garni (thym, laurier, persil)
- Sel et poivre

? Préparation rapide avant cuisson passive :

1. Préparer les légumes :

Épluchez les carottes, coupez-les en rondelles. Émincez les oignons. Nettoyez les champignons.

2. Saisir la viande :

Dans une cocotte, faites fondre le beurre. Ajoutez les morceaux de veau et faites-les légèrement dorer.

3. Ajouter les légumes et épaissir :

Ajoutez les oignons et carottes, saupoudrez de farine, mélangez. Versez le bouillon, ajoutez le



bouquet garni, salez, poivrez.

? Étapes de cuisson :

- Portez à ébullition.
- Laissez frémir 5 minutes.
- Placez immédiatement la cocotte dans votre marmite norvégienne.
- Laissez mijoter sans surveillance pendant 3 heures.

??? Finition avant de servir :

- Sortez la cocotte de la marmite.
- Ajoutez les champignons, faites cuire à feu doux 10 minutes.
- Terminez avec la crème fraîche et le jus de citron. Mélangez.

?? Astuce :

Servez avec du riz blanc, des pommes de terre vapeur ou même une purée maison.

? Avantages :

- Pas besoin de surveiller la cuisson ?
- Viande tendre et savoureuse ?
- Économie d'énergie ?
- Recette traditionnelle, cuisson moderne ?

Pour raviver vos souvenirs d'enfance, [la recette en pdf ici](#)

Retrouvez cette Astuce sur notre site : mavieeco.fr/astuces

