Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Facile **Temps de préparation : 10 minutes** **Temps de cuisson : 30/40 minutes**

CÔTES DE VEAU À LA TOMATE ACCOMPAGNÉES DE RIZ DE CAMARGUE

DES CÔTES DE VEAU TENDRES ET MIJOTÉES DANS UNE SAUCE TOMATE PARFUMÉE AUX HERBES, SERVIES AVEC UN RIZ MOELLEUX POUR UN REPAS ÉQUILIBRÉ ET RÉCONFORTANT.

- **Le veau sélectionné par Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant ainsi une viande d'exception, tendre et pleine de saveur.
- **Les légumes de la Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour des saveurs authentiques et une fraîcheur incomparable.

LES INGRÉDIENTS

Côte de veau
200 grs

Tomate mûre
1

oignon
1

Riz
80grs

Gousse d'ail
1

Concentré de tomate
1 cuillère à soupe

Herbes de provence
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

sel ,poivre
à convenance

Huille d'olive
à convenance

Sucre
1 cuillère à café

L'ÉQUIPEMENT

1 poêle ou cocotte , 1 casserole,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Incisez la tomate en croix, plongez la 30 sec dans l'eau bouillante, puis passez la sous l'eau froide et retirez la peau. Coupez la en petits dés. Emincez l'oignon et hachez l'ail.

ÉTAPE 2

Faites chauffer l'huile d'olive dans une cocotte. Faites dorer les côtes de veau à feu moyen -vif pendant 3 mn de chaque côté. Réservez.

ÉTAPE 3

Dans la même poêle, faites revenir l'oignon émincé et l'ail haché. Ajoutez la tomate fraiche en dés, le concentré de tomate. Mélangez. Incorporez le sucre, les herbes de Provence. Recouvrez d'eau.

ÉTAPE 4

Remettez les côtes de veau dans la sauce, couvrez et laissez mijoter à feu doux pendant 25/30mn en retournant à mi-cuisson.

ÉTAPE 5

Faites cuire le riz dans l'eau bouillante salée, pendant 12 mn. Egouttez et ajoutez un filet d'huile d'olive.

ÉTAPE 6

Servez les côtes de veau nappées de sauce tomate avec son riz moelleux. Bon appétit!

CONSEILS ET ASTUCES

Pour la touche finale vous pouvez parsemer de persil ou de basilic frais.