

Epaule à l'anglaise

Préparation : 15 mn, cuisson : 1 h 20.

Pour 6 personnes.

Un kilo d'épaule désossée et roulée, les os de cette épaule.

Trois carottes et trois poireaux, un oignon piqué d'un clou de girofle, deux gousses d'ail, un bouquet garni, un kilo de navets, une livre de pommes de terre.

Une noix de beurre. 75 g de farine.

Dans un pot-au-feu, faire chauffer 3 à 4 litres d'eau. Lorsqu'elle commence à bouillir, y jeter les légumes ainsi que les os ; saler, poivrer, couvrir et laisser cuire, à feu moyen, un quart d'heure.

Pendant ce temps, préparer le rôti. Prendre un linge assez fin, le saupoudrer de la farine et déposer au milieu le morceau de viande. Ramener les coins comme pour un baluchon et le nouer avec une ficelle. Après les 15 minutes de cuisson des légumes, plonger le rôti ainsi enveloppé et laisser cuire 30 minutes par livre.

Joindre les pommes de terre dans le bouillon 25 minutes avant la fin.

Quand c'est terminé, enlever le rôti, le maintenir au chaud dans son linge. Retirer, à l'écumoire, les pommes de terre et les navets. Les passer rapidement en purée, ajouter le beurre, bien mélanger et verser dans le plat de service.

Déshabiller la viande, la couper en tranches qu'on disposera sur la purée.

Pour les puristes : ce plat, en Angleterre, s'accompagne d'une sauce à la menthe.

Recette proposée par



Toque Blanche - Logiciel

La plupart des recettes proviennent d'une collection personnelle des années 1950 aux années 1990 de magazines féminins d'éditeurs français et belges; les photos accompagnant certaines recettes ont la même source.