



933 chemin des Prairies, St-Anicet, Québec, J0S 1M0
Téléphone : 450-288-0446
Sophie Gascon
Propriétaire



Rôti braisé au miel et au romarin

Ingrédients de la recette

- 800 g env. (1 lb 12 oz) rôti d'épaule de veau ou de chevreau**
- 80 ml (1/3 tasse) huile d'olive
- 1 oignon, émincé
- 45 ml (3 c. à table) échalotes, hachées
- 80 ml (1/3 tasse) miel*
- 2 brins de romarin
- 10 ml (2 c. à thé) zeste d'orange, blanchi
- 750 ml (3 tasses) bouillon de bœuf
- 6 carottes tranchées
- Au goût, sel et poivre du moulin

Préparation

Faire revenir le rôti dans l'huile d'olive à feu moyen-vif.

Ajouter l'oignon émincé et l'échalote, faire suer 2-3 minutes. Ajouter le bouillon, le miel, le romarin et le zeste d'orange, amener à ébullition. Faire réduire à feu doux et laisser mijoter 1h. Ajouter les carottes et poursuivre la cuisson 30 à 45 minutes.

Assaisonner de sel et de poivre du moulin et servir sur des pâtes ou du riz.

www.flopine.com