



# CAHIER DE PRESSE

Journal : Enfin !

Tirage : 15 000 exemplaires

Date : Février 2005



## Sauté de veau nature à la bière

Pour 4 personnes  
Préparation : 15 minutes  
Cuisson : 1 1/2 heure

500 g/1 lb	cubes de veau nature Bas-Saint-Laurent
15 ml/1 c. à table	beurre
1	gros oignon en dés
2	branches de céleri en petits dés
2	carottes en rondelles
1/2	navet en petits dés
1	gousse d'ail émincée
10 ml/2 c. à thé	farine
500 ml/2 tasses	bière blonde « Kamour »
	sel, poivre et thym au goût

### Préparation :

Dans une cocotte, faire fondre le beurre et y dorer les cubes de veau nature.

Ajouter les légumes et cuire 5 minutes à feu moyen, en remuant. Saupoudrer de farine et bien remuer.

Ajouter la bière, puis assaisonner. Cuire à feu doux, le couvercle légèrement entrouvert, environ 1 1/2 heure.



## Agneau Campagnard de la FERME FEBER

Réconfortant, chaleureux et plein de saveurs

2 à 3 lbs	d'épaule d'agneau en cubes
1/4 tasse	de farine
1 c. thé	de sel
1/4 c. thé	de paprika
1/4 tasse	d'huile d'olive
1 boîte (20 onces)	de tomates en dés
2 tasses	d'eau très chaude
2 à 6	carottes (facultatif) coupées grossièrement
2-3	rabioles (facultatif) coupées grossièrement
1 à 2	pommes de terre coupées en gros dés
1	oignon moyen haché
1	grosse gousse d'ail hachée
1 c. thé	de sel
1/4 c. thé	de poivre
1/4 c. thé	de marjolaine
1/4 c. thé	de thym
1	feuille de laurier

### Préparation :

Chauffer le four à 325 °C. Mélanger la farine, le sel et le paprika. Réserver.

Chauffer légèrement l'huile dans une grosse cocotte épaisse pouvant aller au four. Faire revenir les cubes de tous les côtés et retirer de la cocotte. Réserver.

Dans le gras restant dans la cocotte, ajouter les oignons et l'ail. Faire revenir 2 min. Baisser le feu à très doux pour les prochaines opérations.

Ajouter la farine en brassant très rapidement pour absorber le gras en évitant de la faire cuire. Ajouter l'eau chaude et les tomates en mélangeant bien. Augmenter au feu moyen fort pour s'assurer d'un beau mélange.

Ajouter les assaisonnements, le sel, le poivre. Finir en incorporant doucement les légumes et la viande. Bien couvrir et faire cuire au four de 2 h à 2 h 30. Vérifier l'assaisonnement. Servir sur lit de riz avec une belle salade verte.

