***\*\*\* ROTI DE VEAU ORLOFF SOUFFLÉ AUX MORILLES A MA FAÇON \*\*\****



*Niveau de difficulté : Moyen*

*Temps de cuisson : 50 minutes*

*Temps de préparation : 30 minutes*

*Temps de repos : 0*

***Ingrédients pour 6 personnes :***

*1 Roti de Veau avec barde de 1kg200/1kg300*

*10 Tranches Conté*

*10 Tranches de Bacon*

*1 Cuillère café de fond de veau déshydraté*

*Sel et poivre*

*Pour le soufflé :*

*40 g de Beurre*

*40 g de Farine*

*½ Litre de Lait entier*

*1 Œuf*

*30 g de Morilles séchées*

*½ Cuillère à café de Noix de Muscade râpée*

*Sel et poivre blanc*

***Matériel :***

*1 Grand plat à four*

*1 Batteur électrique*

*Ficelle de cuisine*

***Préparation :***

*Préchauffez votre four à 190°.*

*Ôtez la ficelle et la barde du rôti, conservez la barde qui vous servira à la fin.*

*À l’aide d’un couteau, réalisez 10 entailles à intervalles égaux sans aller jusqu’en bas. Il vous sera ainsi plus facile de remettre la barde et la ficelle ensuite.*

*Glissez entre chaque entaille 1 tranche de bacon et une tranche de fromage repliées en 2. (Voir photo)*

*Entourez le rôti avec la barde réservée et ficelez tout autour en serrant bien afin que le rôti se tienne bien lors de la cuisson.*

*Réhydratez le fond de veau avec 1 verre d’eau et versez ce mélange dans le plat de cuisson.*

*Déposez le rôti dessus, salez légèrement et poivrez généreusement.*

*Enfournez pour 50 minutes.*

*Pour le soufflé :*

*Réhydratez dans un saladier d’eau tiède les morilles séchées.*

*Dans une casserole, faites fondre le beurre.*

*Ajoutez la farine en une seule fois et laissez-la torréfier pendant 1 minute à feu doux.*

*Ajoutez un peu de lait, diluer puis ajoutez le restant.*

*Laissez cuire à feu doux sans cesser de tourner jusqu’à épaississement.*

*Égouttez les morilles, recoupez-les en deux ou trois suivant leur taille et incorporez-les à la béchamel.*

*Salez, poivrez et incorporez la noix de muscade.*

*Séparez le jaune du blanc de l’œuf et ajoutez le jaune dans la béchamel en mélangeant bien.*

*Battez en neige le blanc et incorporez-le délicatement à l’aide d’une Maryse à la béchamel.*

*15 Minutes avant la fin de cuisson du rôti, sortez-le du four.*

*Récupérez son jus et incorporez-le à la béchamel.*

*Versez la préparation tout autour du rôti de veau et enfournez pour 15 minutes.*

*À la sortie du four, découpez entre chaque tranche et disposez les dans un plat de service chaud, répartissez autour le soufflé découpé en morceaux et servez aussitôt.*

***Conseil :***

*Lorsque vous entaillez le rôti, faites attention à vous arrêter à 1 cm du bas afin de garder un « socle » à votre rôti. Il ne faut surtout pas dissocier vos tranches, cela le rendrait sec à la cuisson.*

*Cette manière de l’entailler façon portefeuille lui permet d’être bien tendre et de ne*

*pas sécher.*



*Prévoyez un plat plus grand que votre rôti afin de pouvoir couler tout autour le soufflé en fin de cuisson.*

*Arrosez 1 ou 2 fois en cours de cuisson et si vous voyez qu’il manque de jus ajouter un peu d’eau. De même couvrez le papier aluminium le s’il dore trop vite.*

*J’utilise des morilles séchées mais vous pouvez également utiliser des morilles congelées, dans ce cas faites les décongeler à température ambiante dans une passoire afin qu’elles n’apportent pas trop d’eau au soufflé.*

*Je l’ai servi avec des pommes duchesse et du cresson.*

***Coté forme :***

*Le veau n'est pas une viande très grasse, et peut très bien convenir lors d’un régime en privilégiant l’escalope qui est le morceau le plus maigre du veau.*

***Pauvre en calories****, la viande de veau est, au contraire, plutôt bien pourvue en* ***protéines*** *ce qui en fait un aliment aussi nourrissant que le bœuf.*

*Le* ***fer*** *nécessaire à une* ***bonne oxygénation du sang*** *est présent en quantité intéressante pour de la viande ainsi que le* ***phosphore*** *qui joue un rôle actif à la* ***répartition de l'énergie dans le corps****.*

*Toutefois il est déconseillé aux sujets souffrant de troubles cardio-vasculaires de consommer de la cervelle de veau, véritable bombe à cholestérol.*