

Dur journée de travail!! Il me faut vous donner une recette simple et efficace!!! Je cours après le temps, mes journées ne sont plus assez longues pour réaliser tout ce que je dois faire en me laissant une part de fantaisie... Ce que j'exprime au mieux dans mes plats je pense!!

Donc pour aujourd'hui ce sera une pièce de veau à l'indonésienne.



Pourquoi à l'indonésienne ? A cause du « kecap manis » !!! quoi?? qu'est ce que c'est encore que cette chose là? Une épice introuvable?

Pas du tout!! en faite c'est très simple à faire soi-même!!! pour peu que je vous donne la recette... ;-)

Il s'agit d'une sauce soja sucrée aromatisée à l'anis, au gingembre et à l'ail.

J'ai trouvé la recette de cette petite merveille sur le blog de La Foodie, je la retranscrit ici:

- 90g de cassonade
- 150ml de sauce soja (je l'ai choisie sucrée)
- 25 ml d'eau
- 1 badiane (n'en ayant pas j'ai utilisé de l'anis en graine, 1/2 càc)
- 1 gousse d'ail
- 1 fine tranche de gingembre frais râpée

Faire caraméliser à sec la cassonade dans une casserole, à feu doux. Ajouter le reste des

ingrédients et laisser mijoter 10 min.

Réserver au réfrigérateur toute une nuit puis filtrer le mélange avant utilisation.

La sauce doit être sirupeuse et très odorante.

Cette sauce va servir de base à la cuisson du veau.



### La recette du veau à l'indonésienne pour 2 personnes:

- 300 g de noix de veau
- 80 ml de kecap manis
- 1 oignon
- 3 gousses d'ail
- 1 noix de gingembre
- 1 càc de piment en poudre
- 1 càs de jus de citron
- 1 càs de sauce soja
- 2 càs de maïzena

Dans un saladier, mélanger la maïzena, la sauce soja et le veau coupé en morceaux. Laisser mariner 30min.

Chauffer un wok avec un filet d'huile puis y faire dorer la préparation précédente. Ajouter l'oignon émincé, l'ail écrasé et le gingembre râpé.

Prolonger la cuisson jusqu'à ce que les oignons soient translucides. Verser le kecap manis avec 3 càs d'eau , le jus de citron et le piment.

Laisser la sauce épaissir quelques minutes.

Servir dans des bols comme une soupe accompagné de légumes croquants, de nouilles chinoise ou bien de riz au jasmin.

***Astuces:** le kecap manis peut se conserver plusieurs mois au réfrigérateur alors n'hésitez pas à en faire un plus gros volume pour en avoir sous la main pour une prochaine recette...*

*Dans les épiceries asiatiques vous trouverez de la sauce soja très bon marché pour en utiliser de plus grande quantité...*

Version imprimable...



[VEAU A L'INDONESIENNE](#)