

SZZV

Postfach
Schützenstrasse 10
CH-3052 Zollikofen
Tél. +41 (0)31 388 61 11
Fax +41 (0)31 388 61 12
info@szzv.ch
www.szzv.ch
www.capranet.ch
www.schweizer-gitzi.ch

FSEC

Case postale
Schützenstrasse 10
CH-3052 Zollikofen
Tél. +41 (0)31 388 61 11
Fax +41 (0)31 388 61 12
info@szzv.ch
www.szzv.ch
www.capranet.ch
www.cabri-suisse.ch



S Z Z V
F S E C
F S A C

Ragoût de cabri et Bramata

pour 4 personnes

Ingédients

- 1 kg Ragoût de cabri dans le cou, l'épaule et la poitrine, avec les os
- 150 g Oignons en brunoise
- 200 g Carottes en brunoise
- 50 g Céleri en brunoise
- 4 Gousses d'ail fendues en quatre
- 40 g Purée de tomate
- 60 g Huile d'olive
- 1 dl Vin blanc
- 5 dl Fond de cabri
- 100 g Tomate concassé
- je 1 Feuille de laurier, 1 clou de girofle, brindille de thym et brin de romarin, sel et poivre de Cayenne

Bramata

- 250 g Semoule de maïs grossière Bramata
- 1.2 l Bouillon
- 1 Feuille de Laurier

Préparation

Dans une marmite, faire chauffer l'huile d'olive et y faire rapidement revenir oignons, carottes, céleri et ail. Ajouter la purée de tomate et bien faire rissoler le tout. Mouiller avec le vin blanc, laisser réduire, compléter avec du fond de cabri. Ajouter les épices et cuire la sauce obtenue.

Faire revenir la viande à la poêle dans de l'huile d'olive, puis la mettre dans la sauce. Saler et laisser mijoter jusqu'à ce que la viande soit bien tendre. Pour terminer, enlever les herbes aromatiques, rectifier l'assaisonnement et lier le ragoût avec de la maïzena.

Préparation Bramata

Verser en pluie la semoule de maïs Bramata dans le bouillon porté à ébullition. Faire cuire pendant 1 heure à petit feu en remuant continuellement, puis laisser reposer la polenta pendant 30 minutes. Jeter la feuille de laurier, rectifier l'assaisonnement et ajouter du fromage râpé à volonté (fromage de montagne des Grisons).

Bon appétit!



Schweiz. Natürlich.