

Réussir l'os à moelle : les étapes clés pour une dégustation parfaite

Achat et préparation initiale

- Demandez à votre boucher des os de veau de 8 à 10 cm, sciés droit pour garantir une présentation uniforme et une cuisson homogène.
- Bouchez les deux extrémités des os avec une fine couche de gros sel avant la cuisson pour limiter la fuite de la moelle.

Le dégorgement : une étape de sécurité indispensable

- Faites dégorger les os dans une eau très froide et salée pendant 12 à 24 heures pour éliminer toute trace de sang.
- Renouvelez l'eau de trempage au minimum 2 ou 3 fois durant cette phase pour obtenir une moelle blanche et propre.

Maîtriser la cuisson au four

- Préchauffez votre four entre 200°C et 220°C pour obtenir une texture fondante sans faire fondre toute la matière grasse.
- Enfournez pour une durée de 15 à 20 minutes.
- La cuisson est terminée lorsque la moelle est souple au toucher et commence à se détacher légèrement de l'os.

Service et accompagnements

- Préparez une persillade classique avec 4 gousses d'ail, une botte de persil plat ciselé et de l'huile d'olive de qualité.
- Ajoutez la persillade uniquement au moment du service pour conserver la fraîcheur et le croquant des herbes.
- Assaisonnez généreusement avec de la fleur de sel après la cuisson pour relever la saveur riche de la moelle.
- Servez impérativement avec du pain de campagne toasté pour équilibrer la texture grasse et apporter du contraste.