Roulé aux trois viandes

Ingrédients pour 8 personnes :

- 40 g de pain rassis
- Un peu de lait
- 500 g de viande de boeuf coupé en morceaux
- 2 oeufs
- 1 cuillère 1/2 à café de sel
- 2 pincées de poivre
- 300 g de veau coupé en morceaux
- 100 g d'épinards surgelés, décongelés et égouttés
- 1 cuillère à café de sel aromatisé
- 3 cuillères de fond de légumes
- 3 cuillères à café de fond de volaille
- 150 g de volaille coupé en lanières
- 700 g d'eau

Préparation :

Mettez le pain à tremper avec le lait.
Mettez la moitié de la viande de boeuf dans le bol et hachez 10 secondes à vitesse 7.
Transférer dans un récipient et réservez.
Répétez l'opération avec le reste de la viande de boeuf.
Ajoutez toute la viande de boeuf, 1 oeuf, la moitié du pain égoutté, 1 pincée de poivre, 1 cuillère à café de sel aromatisé et mixez 1 minute en mode rotation à vitesse 3.
Videz le bol dans un récipient et réservez.
Mettez la viande de veau dans le bol, hachez 20 secondes à vitesse 7.
Ajoutez les épinards, 1 oeuf, le reste du pain, 1/4 d'une cuillère à café de sel, 1 pincée de poivre, 1 cuillère à café de sel aux herbes et mixez 1 minutes en mode rotation à vitesse 3.
Assaisonnez l'émincé de volaille avec le sel aromatisé aux légumes et les fonds de sauce.
Réalisez 2 roulés de viandes en étalant la moitié de viande de boeuf sur une feuille de papier aluminium huilé.
Tassez chaque épaisseur de viande.
Etalez la moitié du mélange veau-épinards par dessus.
Disposez la moitié des lanières de volaille au milieu.
Roulez l'ensemble et repliez chaque extrémité du papier aluminium bien serrée.
Mettez le roulé à la viande dans le Varoma.
Répétez l'opération avec le reste de viandes.
Versez l'eau dans le bol, mettez en place le Varoma et faites cuire 40 minutes en

mode Varoma à vitesse 1.
Laissez refroidir pendant 1/2 heure.
Déballez les roulés de viande et coupez-les en tranches.
Disposez sur un plat de service et servez chaud.

http://philomavie.blogspot.com