

Côtes de veau à la normande



Ingrédients pour 2 personnes :

- 2 côtes de veau
- 1 c à café d'huile
- 250 g de champignons de Paris
- 2 c à soupe de crème fraîche à 30% de MG
- 1 c à soupe de Calvados
- Sel, poivre

Préparation : 20 minutes

Cuisson : 5 minutes

1. Dans une poêle, faire dorer les côtes de veau avec l'huile à feu vif.
2. Flamber avec le Calvados, puis réserver la viande au chaud.
3. Nettoyer et émincer les champignons puis les cuire dans l'huile de cuisson de la viande (si besoin ajouter un soupçon d'eau).
4. Après 5 minutes de cuisson, ajouter la crème et laisser réduire à feu doux pendant encore 5 minutes..
5. Remettre les côtes de veau et laisser mijoter à couvert à feu doux pendant 10 minutes. Servir très chaud.

Idées de décoration

Avant de servir, parsemer le plat de ciboulette ciselée.

Variante

Cette préparation peut également se faire avec des escalopes de veau. Les champignons de Paris peuvent être remplacés par des morilles, girolles, trompettes de la mort...

Valeur nutritionnelle par personne :

Protéines : 22,5 g Glucides : 5 g

Lipides : 16 g

Energie : 254 Kcal

