

Paupiettes de veau aux petits légumes:

Cette recette peut être réalisée à partir d'escalope de poulet ou de dinde et s'adapter à la saison pour les légumes (courgette, céleri...).

4 escalopes de veau très fines (100 grammes chacune environ)

4 fines tranches de jambon cru

100 grammes de poitrine fumée

3 carottes

1 oignon

2 gousses d'ail

1 cuillère à soupe de moutarde fine

20 Cl de vin blanc sec

20g de beurre

1 cuillère à soupe d'huile

Sel, poivre



1ère étape:

Éliminer les feuilles de céleri et ne conserver que les branches. Retirer les filaments. Rincer les deux branches. Les couper en morceaux. Les plonger 5 minutes dans l'eau bouillante salée. Les égoutter, puis les rincer sous l'eau froide. Laisser égoutter

Peler les carottes et les râper en minces filaments

Peler l'oignon. L'hacher finement. Peler, puis écraser finement les deux gousses d'ail

Couper la poitrine fumée en petits lardons

2ème étape:

Chauffer 10 grammes de beurre dans une poêle. Y verser les lardons. Les laisser cuire et dorer pendant 5 minutes, en mélangeant

Ajouter tous les légumes. Les faire revenir 3 minutes environ

Disposer les escalopes sur le plan de travail et les applatir à l'aide du rouleau à pâtisserie

Les tartiner de moutarde. Saler et poivrer légèrement. Les recouvrir d'une tranche de jambon, puis d'une couche de mélange de légumes et lardons. Réserver le reste du mélange

3ème étape:

Rouler les escalopes sur elles-mêmes. Les ficeler comme des minis-rôtis avec du fil de cuisine, sans les serrer pour éviter que les légumes ne s'échappent

Chauffer l'huile et le reste du beurre dans une petite cocotte

Y placer les escalopes et les faire dorer sur toutes leurs faces. Les retourner régulièrement pour qu'elles colorent uniformément en prenant soin de ne pas laisser brûler l'huile

Retirer les paupiettes et éliminer la graisse de cuisson

4ème étape:

Replacer les paupiettes dans la cocotte. Disposer tout autour le reste du mélange de légumes et de lardons. Saler et poivrer légèrement. Verser le vin blanc. Porter à ébullition.

Couvrir la cocotte, réduire le feu et laisser cuire 40 minutes

En cours de cuisson, ajouter un peu d'eau, si cela paraît être nécessaire

Servir directement dans la cocotte, avec des gnocchis à la romaine et une salade verte en accompagnement