

Les escalopes de veau bio à la Saltimbocca

Les ingrédients pour 2

2 escalopes de veau bio environ 300 grs

2 tranches de jambon cru Parmen, Bayonne..

Des feuilles de sauges

1 verre de vin blanc

Sel poivre

Huile olive ou beurre 15 grs

Et la touche cocorimag

Une boule de mozzarella en option

Preparation 15 mins Cuisson 15 mins Difficulte 1





On s'assure

Que les escalopes soient fines et au besoin on les aplatit au rouleau à pâtisserie,
On vient recouvrir chaque escalope de veau bio d'une tranche de jambon cru, face extérieure, et
Face interne ,on glisse 2/3 feuilles de sauges , et pour la touche cocorimag un morceau de mozzarella

On fait fondre le beurre ou l huile dans une poêle à feu vif
6/7 On plie en deux les escalopes de veau bio ainsi garnies,
on les bloque avec des pics, et on les fait dorer sur les deux faces 2/3 minutes de chaque côté
Puis on baisse a feu moyen 4/5 , on verse le vin et on finit la cuisson 6/7 minutes de chaque côté, on sale.





Si le vin s'évapore trop vite on en ajoute un peu, on réserve la viande, on réduit la sauce
Et on sert avec des bonnes pâtes bio et on sauce généreusement le tout.