Chaussée de Charleroi, 92
1060 Bruxelles
02 534 23 40
http://www.mmmmh.be

Saltimbocca et légumes de saison

Ingrédients

400 g d' escalope de veau, 40cl de fond de veau, 150 g de jambon de Parme, 2 branches de sauge, Huile d'olive, 100g de farine, 8 jeunes carottes, 10 cl de vin blanc, 1000g de fèves fraîches, 30 g de beurre ,

Préparation

Disposer les escalopes de veau à plat sur un plan de travail. Les recouvrir de jambon de Parme et les découper en deux.
Sur chaque demi-escalope, déposer une feuille de sauge et fixer escalope, Parme et feuille de sauge à l'aide d'un cure-dents. Fariner le dessous de chaque escalope.
Eplucher les jeunes carottes en gardant une partie des fânes.
Ecosser les fêves et les plonger dans l'eau bouillante pendant une minute de manière à ramollir leur pellicule. Enlever la pellicule des fèves.
Blanchir les carottes dix minutes à l'eau bouillante salée, réserver.
Pendant ce temps, faire sauter les carottes à la poêle dans un voile d'huile d'olive, et ajouter les fèves. Continuer la cuisson encore quelques instants. Réserver au chaud.
Faire revenir les escalopes d'abord côté farine dans un voile d'huile d'olive bien chaude, poivrer, puis les retourner pour les saisir quelques secondes côté jambon et les réserver au chaud. Déglacer la poêle au vin blanc et avec le fond de veau. Laisser réduire.
Hors du feu, ajouter le beurre dans la sauce et incorporer en imprimant des mouvements circulaires à la poêle.
Dresser les saltimbocca sur assiette, napper de sauce.

Notes :