

## SCALOPPINE AL MARSALA

Mise en place et préparation: env. 20 min

ESCALOPES DE VEAU AU MARSALA

**Mise en place:** préchauffer le four à 60°C, y glisser un plat et des assiettes.

- |                                                            |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12 <b>escalopes de veau</b><br>(p. ex. quasi, d'env. 50 g) | aplatir un peu                                                                                                                            |
| <b>huile d'olive</b> pour la cuisson                       | bien faire chauffer dans une poêle. Saisir les escalopes par portions env. 1 min sur chaque face, retirer. Eponger le fond de la poêle    |
| ½ c. à café <b>de sel</b> , un peu <b>de poivre</b>        | saler et poivrer les escalopes, réserver au chaud                                                                                         |
| 1½ dl <b>de marsala</b>                                    | verser dans la même poêle, porter à ébullition, baisser le feu, laisser cuire env. 2 min                                                  |
| 1 c. à soupe <b>de beurre</b> , froid, en morceaux         | ajouter en remuant, mais sans laisser bouillir la sauce. Ajouter les escalopes avec le jus de viande recueilli, le temps de bien chauffer |
| selon goût <b>sel, poivre</b>                              | saler, poivrer                                                                                                                            |

**Servir avec:** risotto.

**Par personne:** lipides 7 g, protéines 33 g, glucides 1 g, 896 kJ (215 kcal)

