

SALTIMBOCCA ALLA ROMANA

Mise en place et préparation: env. 25 min

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

12 escalopes de veau (p. ex. quasi, d'env. 50 g)	aplatir un peu
6 tranches de jambon cru, coupées en deux	
12 feuilles de sauge	poser un morceau de jambon et une feuille de sauge sur chaque escalope, maintenir avec un cure-dent
huile d'olive pour la cuisson	bien faire chauffer dans une poêle. Saisir les escalopes par portions env. 1 min sur le côté jambon, retourner, faire cuire encore env. 2 min, retirer. Eponger le fond de la poêle
¼ de c. à café de sel, un peu de poivre	saler et poivrer les escalopes, réserver au chaud
1 dl de marsala	verser dans la même poêle, porter à ébullition, baisser le feu, laisser réduire un peu
15 g de beurre, froid, en morceaux	ajouter en remuant, mais sans laisser bouillir la sauce
selon goût sel, poivre	saler, poivrer

Servir avec: risotto.

Par personne: lipides 10 g, protéines 38 g, glucides 1 g, 1052 kJ (252 kcal)

