

## ESCALOPE DE VEAU VIENNOISE

- **Type de plat :** Plat principal
- **Difficulté :** Facile
- **Coût de la recette :** Bon marché
- **Temps de préparation :** 15 min
- **Temps de cuisson :** 20 min
- **Calories :** Elevé
- **Pays :** France



### Ingrédients pour 4 personnes

#### Panure à l'anglaise :

- 150 g de farine
- 3 œufs entiers
- Huile d'arachide
- 300 g de mie de pain

#### Garniture Viennoise :

- 3 œufs
- 80 g de câpres
- 40 g de persil
- 1 Citron
- 8 filets d'anchois à l'huile
- 8 olives vertes

#### Finition :

- 200 ml de fond brun de veau lié
- 80 g de beurre

#### Décor :

- 2 citrons

#### Assaisonnement :

- Sel
- Poivre

### Etapas de préparation

#### 1. Préparer la panure à l'anglaise :

Tamiser et réserver la mie de pain dans une plaque à débarrasser. Casser assaisonner et battre les œufs avec une fourchette ou au fouet. Ajouter l'huile et réserver dans une 2<sup>ème</sup> plaque à débarrasser. Répartir la farine dans une 3<sup>ème</sup> plaque à débarrasser.

#### 2. Paner les escalopes :

Passer successivement les escalopes dans la farine dans l'anglaise et dans la mie de pain. Bien faire adhérer la mie de pain et réserver au frais.

#### 3. Préparer les éléments de la garniture Viennoise :

Durcir les œufs 10 min environ d'ébullition, laver équeuter essorer concasser et hacher le persil. Peler à vif le citron puis le détailler en 8 tranches régulières. Rafraichir et écaler les œufs durs puis passer séparément les jaunes et les blancs au travers d'un gros tamis. Dénoyauté les olives et les cercler d'un filet d'anchois puis les disposer sur chaque tranches de citron pelés à vif dissimuler la cavité de l'olive laissé à l'emplacement du noyau avec une câpre ou une petite branche de persil.

#### 4. Chauffer réduire légèrement assaisonner le fond brun de veau lié

#### 5. Marquer les escalopes en cuisson :

Sauter les escalopes dans un mélange de beurre et d'huile. Placer le côté quadrillé en premier le laisser bien dorer puis retourner les et finir la cuisson à feu plus modéré.

#### 6. Dresser les escalopes :

Disposer aux extrémités du plat en arc de cercle les éléments de la garniture Viennoise. Disposer les escalopes légèrement en biais. Disposer sur le dessus une tranche de citron surmontée d'une olive

