

Côtelette de veau à la sauge, au citron et au mascarpone



Mon choix.

 Durée totale: 2 h 20 min

 Temps actif: 20 min

 Marinage: 2 h

 Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

- 4 côtelettes de veau suisse (d'env. 200 g)
- 1 citron bio
- 1 **branche** sauge
- 4 **cs** huile d'olive
- sel
- poivre du moulin
- 3 **cs** mascarpone

Valeurs nutritives

1 portion (sans baguette ni salade):

- 410 kcal
- 34 g de protéines
- 1 g de glucides
- 30 g de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

Seule la meilleure nourriture.

Nos animaux de rente reçoivent uniquement des aliments contrôlés et respectueux de l'espèce et de l'environnement: sans OGM, ni farines animales ni hormones ou antibiotiques pour stimuler les performances.

Préparation

- 1 Râper finement le zeste de citron et presser le jus. Couper finement la sauge, la mélanger avec le zeste de citron et l'huile d'olive. Frotter les côtelettes de veau avec du poivre et les badigeonner avec le mélange de fines herbes, puis couvrir et réserver au frais pendant au moins 2 heures.
- 2 Faire chauffer une poêle et y saisir les côtelettes 3 à 5 minutes de chaque côté. Sortir la viande et réserver au chaud.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.



Mon choix.

- 3 Mettre le mascarpone dans le gras de cuisson, mouiller avec le jus de citron et porter à ébullition. Bien mélanger, saler, poivrer et servir avec les côtelettes de veau.

Accompagner d'une baguette et de salade.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.