



# Émincé zurichois



**Mon choix.**

 Durée totale: 40 min

 Temps actif: 40 min

 Facile



## Ingrédients

Pour 4 personnes

- 600 g** viande de veau suisse (p.ex. noix pâtissière)
- poivre du moulin
- 200 g** champignons de Paris
- 1** oignon
- 40 g** beurre
- 1.5 dl** vin blanc sec
- 2.5 dl** crème
- 1 dl** bouillon
- sel
- 1 bouquet** persil

## Valeurs nutritives

Une portion (sans rösti) contient:

- 460** kcal
- 35 g** de protéines
- 4 g** de glucides
- 33 g** de lipides

 Sans gluten

 Contient du lactose

## Conseil

La viande de veau peut être remplacée par du poulet ou de la viande de porc. Ton boucher émincera volontiers la viande pour toi.

## Préparation

- 1** Couper la viande en fines lanières et poivrer légèrement. Nettoyer les champignons et les couper en lamelles. Peler l'oignon et le couper en petits dés.
- 2** Dans une poêle, faire chauffer le beurre, y saisir les lanières de viande par portions, les sortir de la poêle et les réserver au chaud.
- 3** Saisir les oignons et les champignons dans la poêle sans cesser de remuer. Déglacer avec le vin blanc, la crème et le bouillon, puis laisser mijoter jusqu'à obtention d'une consistance crémeuse.

Sur [viandesuisse.ch](https://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.**

- 4 Déposer la viande dans la sauce, faire chauffer quelques instants, saler et poivrer.
- 5 Avant de servir, parsemer de persil haché.  
Accompagner de Rösti.

Sur [viandesuisse.ch](https://viandesuisse.ch), tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.