



*Veau*

## Piccata de veau au citron



**20 min** 10 min 10 min **0** **372**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

400 g **Noix de veau**  
1 **Citron(s)**  
60 g **Farine**  
80 g **Beurre**  
2 c. à soupe **Huile d'olive**  
20 g **Persil plat**  
40 ml **Eau**  
1 **Sel**

### Étape 1

#### Préparation

- 1 Tailler la noix de veau en escalopes fines à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 A l'aide d'un rouleau à pâtisserie, battre les escalopes pour les attendrir et les aplatir.
- 3 Si une fois aplaties elles seront trop grandes, les couper à moitié.
- 4 Passer chaque escalope dans la farine et les réserver dans une assiette.
- 5 Presser le citron à l'aide d'un presse-agrumes, réserver son jus dans un verre et ajouter l'eau.
- 6 Laver le persil, le hacher très finement et le réserver.
- 7 Couper le beurre en petits morceaux, les mettre avec l'huile dans une poêle et les faire chauffer.
- 8 Dès que le beurre fond, ajouter les escalopes et les faire cuire à feu vif, 2 minutes 30 de chaque côté. Au moment de les retourner, ajouter une pincée de sel sur chaque escalope.
- 9 Quand les escalopes sont cuites des deux côtés, ajouter le mélange de jus de citron et d'eau et continuer la cuisson de la viande pendant encore 2 minutes de chaque côté.

**10** En fin de cuisson, retirer les escalopes de la poêle et les réserver au chaud dans une assiette recouverte avec du papier aluminium (ou avec une autre assiette).

**11** Remettre la poêle sur le feu, ajouter le persil haché et une noix de beurre pour lier, mélanger et dès que le beurre fond éteindre le feu: votre sauce au citron sera prête.

## **Étape 2**

### Dressage des piccata

**1** Disposer les piccata chaudes dans les assiettes et les napper avec la sauce au citron. Servir aussitôt.