



Escalopes de veau à la sauce aux champignons et purée de brocoli



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

Purée de brocoli

1 kilogramme de pommes de terre
1 branche de brocoli
2 1/2 décilitres de lait
noix de muscade
1 échalot (émincée)

4 escalopes de veau

sel et poivre
beurre
250 grammes de champignons blonds (en tranches)
1 verre de vin blanc
2 décilitres de fond de veau
1 décilitre de crème
2 cuillères à soupe ciboulette (hachée)

Méthode de préparation

- 1.** Préparez d'abord la purée de brocoli : épluchez les pommes de terre et coupez-les en quartiers. Mettez-les dans une casserole profonde remplie d'eau froide légèrement salée que vous porterez à ébullition. Pelez la tige du brocoli et coupez-la en tranches. Ajoutez-la aux pommes de terre et laissez-les cuire. Coupez le reste du brocoli en bouquets et ajoutez-les après 15 minutes de cuisson des pommes de terre. Quand les pommes de terre et les brocolis sont cuits, égouttez-les. Ajoutez le lait et une noix de beurre et assaisonnez avec du sel, du poivre et de la noix de muscade. Écrasez le tout au presse-purée. Ajoutez ensuite l'échalote crue hachée. Réservez.



- 2.** Séchez les escalopes de veau, puis salez et poivrez-les. Faites fondre une belle noix de beurre dans une poêle jusqu'à ce qu'il se mette à grésiller. Faites cuire les escalopes de veau pendant 2 minutes de chaque côté. Retirez-les de la poêle et disposez-les dans un plat de cuisson. Faites-les cuire 10 minutes de plus dans un four préchauffé à 160 °C.
- 3.** Pendant ce temps, préparez la sauce. Faites revenir les champignons dans la poêle utilisée pour la viande. Ajoutez un peu de beurre si nécessaire. Salez et poivrez.
- 4.** Déglacez au vin blanc et laissez-le réduire presque entièrement.
- 5.** Ajoutez le fond de veau et la crème. Laissez cuire encore un peu.
- 6.** Garnissez de ciboulette.
- 7.** Accompagnez les escalopes de veau de sauce et de purée de brocolis.