



*Veau*

# Côtelettes de veau panées



**30 min 10 min 20 min**

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISON

**0**

REPOS

**550**

CALORIES

## Étape 1

### Panure des côtelettes

- 1 Battre les oeufs dans un bol et les verser dans une assiette creuse.
- 2 Verser de la chapelure dans une seconde assiette creuse.
- 3 Paner les côtelettes une par une en les passant dans l'œuf battu puis dans la chapelure.
- 4 Veiller à bien répartir la chapelure et retirer l'excédent en tapotant légèrement les côtelettes.

## Étape 2

### Cuisson des côtelettes

- 1 Faire fondre le beurre clarifié dans une casserole avec l'huile d'olive.
- 2 Lorsque l'huile est chaude, déposer les côtelettes.
- 3 Les faire cuire pendant environ 10 minutes sur chaque face, sur feu modéré.

## Étape 3

### Dressage

Ingrédients  
pour 6 personnes

### Ingrédients pour les côtelettes

6 Côte(s) de veau  
2 unité(s) entière(s)  
**Oeuf(s) entier(s)**  
90 g **Chapelure**  
1 **Sel**

### Ingrédients pour la cuisson

75 ml **Beurre clarifié  
(ghee)**  
10 cl **Huile d'olive**

### Ingrédients pour le dressage

1 **Citron(s)**

- 1 Une fois cuites, égoutter les côtelettes sur du papier absorbant.
- 2 Saler et servir aussitôt avec quelques rondelles de citron.