



Veau

Sauté de veau au chorizo



1h 15 min 45 min 0 441

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le sauté de veau

800 g **Poitrine de veau**
0.5 **Chorizo**
400 g **Tomate(s) pelée(s)
en boîte**
2 **Oignon(s)**
1 **Gousse(s) d'ail**
15 cl **Vin blanc**
1 **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Couper le veau en gros morceaux.
- 2 Enlever la peau du chorizo et le couper en rondelles épaisses.
- 3 Acheter un chorizo de bonne qualité : il sera moins gras et on peut en manger la peau.
- 4 Eplucher et émincer l'ail.
- 5 Eplucher et émincer l'oignon.
- 6 Couper les tomates en morceaux.

Étape 2

Cuisson de la viande

- 1 Faire chauffer l'huile dans une cocotte.
- 2 Poêler la viande sur toutes ses faces dans la cocotte, saler et poivrer puis ajouter les oignons et l'ail et faire revenir 5 minutes.
- 3 Ajouter le chorizo et déglacer avec le vin blanc.
- 4 Quand on ajoute le vin blanc, bien gratter le fond de la cocotte avec une cuillère en bois afin de décoller les sucs.

- 5 Ajouter les tomates et laisser mijoter à feu doux pendant 45 minutes en remuant de temps en temps.

Étape 3

Dressage

- 1 Débarrasser dans des assiettes de service.
- 2 Servir bien chaud avec du riz ou des pommes vapeur.