



Veau

Petites cocottes de veau au citron et à la sauge



50 min 20 min 30 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

255

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les cocottes

600 g **Filet(s) mignon de veau**
3 **Citron(s)**
4 feuille(s) **Sauge**
2 **Oignon(s)**
4 **Gousse(s) d'ail**
1 **Huile d'olive**
1 **Sel**
1 **Poivre noir**

Ingrédients pour le dressage

1 **Sauge**

Étape 1

Préparation des aromates

- 1 Préchauffer le four à 200°C (Th.6-7).
- 2 Eplucher et émincer l'oignon.
- 3 Eplucher et hacher l'ail.
- 4 Laver et brosser les citrons. Presser le jus de 2 citrons et couper l'autre en fines rondelles.

Étape 2

Dressage des cocottes

- 1 Couper le filet mignon de veau en 8 tranches.
- 2 Mettre dans chaque cocotte 2 tranches de rôti.
- 3 Placer entre elles quelques rondelles de citron.
- 4 Répartir dans les cocottes l'oignon, l'ail, les feuilles de sauge, le sel et le poivre.
- 5 Verser de l'huile d'olive et le jus des citrons dans chaque cocotte puis les fermer.
- 6 Enfourner pendant 15 min à couvert puis pendant encore 15 min à découvert.

Étape 3

Dressage

- 1** Sortir les cocottes du four et laisser refroidir quelques minutes.
- 2** Ôter les couvercles puis décorer avec quelques brins de sauge et servir aussitôt.