



Veau

Sauté de veau aux mirabelles



55 min **15 min** **40 min** **0** **353**
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le sauté de veau aux mirabelles

600 g **Noix de veau**
250 g **Mirabelle(s)**
2 c. à soupe **Raisins secs**
1 **Oignon(s)**
1 c. à café **Miel**
0.5 c. à café **Gingembre
en poudre**
3 c. à soupe **Farine**
10 cl **Vin blanc**
5 cl **Eau**
3 c. à soupe **Huile de
colza**
1 **Sel**
1 **Poivre**

Étape 1

Préparation du sauté de veau

- 1 Laver les mirabelles et les dénoyauter. Réserver.
- 2 Couper la viande en gros cubes. Sur une assiette, fariner les morceaux et enlever l'excédent. Réserver.
- 3 Peler l'oignon et l'émincer. Réserver.
- 4 Faire chauffer une cocotte sur feu vif avec de l'huile, ajouter l'oignon et la viande, les faire dorer. Saler et poivrer.
- 5 Au bout de quelques minutes, ajouter les raisins, les mirabelles, le gingembre et le miel. Mélanger.
- 6 Verser d'un seul coup le vin, le laisser s'évaporer pendant quelques instants. Baisser le feu et ajouter l'eau. Couvrir et laisser mijoter pendant 35 minutes.

Étape 2

Dressage

- 1 Servir chaud.