



## *Veau* Escalope milanaise



**14 min** **10 min** **4 min** **0** **468**  
TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 4 personnes

### Ingrédients pour le veau

4 **Escalope(s) de veau**  
100 g **Farine**  
100 g **Chapelure**  
2 unité(s) entière(s)  
**Oeuf(s) entier(s)**  
2 **Gousse(s) d'ail**  
1 pincée(s) **Noix de muscade en poudre**  
10 cl **Huile d'arachide**

### Ingrédients pour le dressage

1 **Citron(s)**  
1 **Persil plat**

### Étape 1

#### Préparation des escalopes milanaises

- 1 Placer les escalopes sur une feuille de papier cuisson, les recouvrir d'une autre feuille.
- 2 A l'aide d'un attendrisseur ou d'une batte, taper les escalopes pour les aplatir. Réserver.
- 3 Casser les oeufs dans un bol.
- 4 Peler et presser l'ail au-dessus du bol. Râper la noix de muscade directement dans le bol, mélanger.
- 5 Verser les oeufs battus dans une assiette creuse.
- 6 Préparer la farine et la chapelure dans deux assiettes creuses différentes. Préparer les poêles et la spatule.
- 7 Préparer une assiette recouverte de papier absorbant pour y déposer ensuite les escalopes.
- 8 Verser l'huile dans deux poêles. Faire chauffer sur feu vif.
- 9 Prendre une escalope, la tremper dans la farine et en enduire toutes les faces. Puis la tapoter pour enlever l'excédent.
- 10 Passer l'escalope dans les oeufs battus, sur les deux faces.
- 11 A l'aide d'une fourchette, attraper l'escalope et la passer dans la chapelure. La retourner plusieurs fois.

- 12 Poser l'escalope dans une poêle chaude. Faire de même avec les escalopes suivantes.
- 13 Une fois les escalopes dorées sur une face, les retourner et continuer la cuisson pendant une minute.
- 14 Une fois cuites, les débarrasser sur l'assiette recouverte de papier absorbant.
- 15 Une fois toutes les escalopes cuites, utiliser le reste d'oeufs battus en le faisant cuire comme une omelette dans une poêle.

## Étape 2

### Dressage

- 1 Servir les escalopes immédiatement après la cuisson.
- 2 Décorer l'assiette d'un peu de persil plat et d'un quart de citron.