



Suggestion de présentation

Difficulté



Budget



Préparation

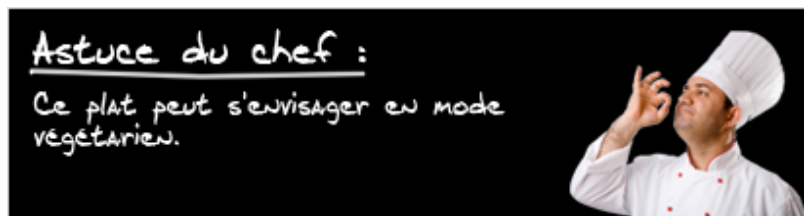


Ingrédients pour 10 personnes

Blé nature Panzani	0.5	Kilo(s)
Bouillon de poule	1	Litre(s)
Carotte(s)	0.75	Kilo(s)
Escalope(s) de veau	1	Kilo(s)
Huile d'olive PM	0	
Oignon(s)	0	
Persil plat	1	Botte(s)
Sel et poivre du moulin PM	0	
Tomate(s)	1	Kilo(s)
Zeste(s) d'orange	0	
	0	

Mise en œuvre

- Préparation préliminaire:
 - Ciseler les oignons et réserver.
 - Tailler les tomates en dés et réserver.
 - Tailler les carottes en rondelles et réserver.
 - Réaliser une julienne de zeste d'orange et réserver.
 - Détailler le veau en dés.
- Marquer le blé en cuisson
 - Suer les oignons dans l'huile d'olive.
 - Incorporer le blé, enrober dans la matière grasse puis le nacer en remuant.
 - Mouiller avec le liquide bouillant (eau, bouillon).
 - Assaisonner et ajouter les tomates, les carottes et le zeste d'orange.
 - Cuire à couvert jusqu'à absorption du liquide.
 - Vérifier l'assaisonnement.
- Marquer le veau en cuisson
 - Saler, poivrer et fariner le veau.
 - Faire sauter dans un sautoir avec de la matière grasse puis réserver.
- Dressage:
 - Disposer le blé dans un caquelon.
 - Disposer les dés de veau par-dessus.
 - Décorer avec les feuilles de persil plat.



Les produits
Panzani Food Service
pour cette recette

