

Escalope milanaise, salade caprese de Cyril Lignac

15/ min

INGRÉDIENTS : 4 PERS.

- 4 escalopes de veau tapées

- 100g de farine

- 3 jaunes d’œufs battus

- 100g de chapelure de pain

- 100g de beurre fondu

- 1 gousse d’ail + 1 branche de thym

-
- SALADE CAPRESE :

- 4 petites poignées de roquette

- 1 filet d’huile d’olive

- 1 cuil. à soupe de vinaigre balsamique rouge

- 1 cuil. à soupe de mozzarella en petites boules (ou 1 grosse boule coupée)

- 100g de tomates cerises lavées et coupées en 2

- 1 cuil. à café de miel de fleurs

- 4 feuilles de basilic.

-
- POUR ACCOMPAGNER LES ESCALOPES :

- 4 cuil. à soupe de mayonnaise

- Sel fin et poivre du moulin

-
- LES USTENSILES :

- 1 saladier + 1 cuillère

- 1 poêle + 1 spatule
-

PRÉPARATION :

- 1.

Déposez les escalopes dans la farine, puis dans les jaunes d’œufs et enfin dans la chapelure. Chauffez la poêle, versez le beurre fondu, déposez les escalopes, colorez-les et retournez-les, ajoutez l’ail et le thym, colorez-les de nouveau et retirez de la cuisson. Déposez dans les assiettes.

- 2.

Dans un saladier, versez la roquette, assaisonnez-la d’huile d’olive et de vinaigre balsamique, salez et poivrez.

- 3.

Dans un petit saladier, mélangez les tomates cerises avec les boules de mozzarella, assaisonnez de vinaigrette, sel, poivre et ajoutez un peu de miel. Ajoutez les feuilles de basilic coupées.

- 4.

Servez les escalopes avec la salade caprese, la roquette et une cuillerée de mayonnaise.