

Escalope de veau à la Milanaise, salade Panzanella |

Recette pour 4 portions

Description

Cette recette du Nord de l'Italie saura vous épater par sa simplicité et ses parfums d'été.

L'astuce du chef

Idéalement le pain pour la salade Panzanella devrait être rassis. La texture du pain rassis grillé est importante pour cette recette.

Ingrédients

Escalope

- 4 Unité(s) Escalope de veau
- 2 Unité(s) Oeuf
- 75 Gr Farine
- 1 Cuil. à thé Origan séché
- 200 Ml Chapelure

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Salade

- 200 Gr Tomates cerises
- 100 Gr Oignon rouge
- 100 Gr Concombre
- 100 Gr Croûtons de pain
- 2 Branche(s) Basilic
- 100 Gr Bébés épinards

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Vinaigrette

- 60 Ml Huile d'olive
- 30 Ml Vinaigre de vin rouge
- 1 Cuil. à thé Miel
- 1 Gousse(s) Ail
- 1 Cuil. à thé Moutarde à l'ancienne

- Sel et poivre
- Huile d'olive

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**
- Préchauffez votre **four** à **400 F°**

Salade

Coupez le pain rassis en gros morceaux et passez-le au four ,arrosé généreusement d'huile d'olive, pendant 10 minutes. Réservez-le jusqu'à refroidissement complet.

Nettoyez et taillez le concombre, les tomates et l'oignon rouge.

Hachez finement l'ail.

Préparez la vinaigrette en mélangeant l'huile d'olive, le vinaigre de vin rouge, l'ail haché, le miel, la

moutarde à l'ancienne, le poivre et le sel.

Pour le veau

Dans un robot muni d'une lame, mixez l'origan séché et la farine.

Salez et poivrez chacune des escalopes de veau, puis les paner à l'anglaise, c'est à dire: passez les escalopes dans un premier temps dans la farine mixée à l'origan, puis dans les oeufs battus et enfin dans le Panko.

Reservez.

Dans une poêle bien chaude avec beaucoup d'huile, bien dorer de chaque côté les escalopes. La cuisson sera terminée au four environ 5 à 8 minutes selon la grosseur.

Montage

Assemblez la salade panzanella en mélangeant ensemble les morceaux de tomates, les lamelles d'oignon rouge, les tranches de concombre, la vinaigrette et les croûtons de pain rassis.

Déposez les escalopes de veau dans vos assiettes, puis ajoutez une portion de salade.

Parsemez la salade de basilic frais et servez aussitôt.

Bon appétit!