



Diététicienne nutritionniste

06 95 99 49 56

www.blandine-dieteticienne-grenoble.com

Rôti de veau aux tomates séchées

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 700 g de rôti de veau
- 300 g de champignon
- 200 g de tomates séchées
- 1 gousse ail
- 1 verre de de porto blanc
- 20 cl de crème fraîche

Préparation de la recette :

Émincer les champignons.

Couper les tomates séchées en lamelles.

Faire revenir le rôti dans une cocotte en fonte avec l'huile d'olive et la gousse d'ail de chaque côté.

Ajouter les tomates séchées et les champignons en remuant régulièrement.

Mouiller avec le verre de porto blanc et laisser cuire à feu doux pendant 40 minutes.

Avant de servir, mettre la crème dans la cocotte et laisser monter en température 5 minutes.