

Difficulté 

Viande : Veau

Morceaux : Noix

## Poêlée de veau de lait printanière



Recette de Laurent BUTOT Le  
Geyracois (87-Limoges)



### TEMPS

Préparation : 30 min

Modes de cuisson : à poêler ou griller

Temps de cuisson : 10 min



### PARTS

Recette pour 4 personnes



### INGRÉDIENTS

- 600g de noix de veau coupée en morceaux de 40g environ
- 150g de haricots verts
- 150g de carottes
- 150g de petites pommes grenaille
- 150g de champignons
- 150g de fèves
- 3cl d'huile d'olive
- 2cl d'huile
- 100g de beurre
- ciboulette, cerfeuil
- Sel, poivre



### PRÉPARATION

1. Éplucher les haricots verts, les carottes, les fèves et les cuire 4 mn à l'eau bouillante salée.  
Réserver.
2. Eplucher et faire sauter les grenailles à l'huile d'olive.  
Emincer et poêler les champignons.
3. Cuire les morceaux de veau 3 mn de chaque côté dans une poêle avec 50g de beurre et 2cl d'huile.
4. Assaisonner. Réchauffer tous les légumes dans un sautoir avec 50g de beurre, quelques pluches de cerfeuil et un peu de ciboulette hachée.  
Assaisonner.
5. Servir sur une assiette bien chaude la viande accompagnée des légumes.

Crédit photo Jean-Christophe DUPUY