



Côte de veau en papillote



Ingrédients

- Pour 1 personne
Equivalence : 1 part de viande
+ 1 c.à café d'huile
- 1 côte de veau
- 1 cuillère à soupe rase de
crème fraîche 15 % MG (30 g)
- 1 cuillère à café de moutarde
- 3 à 4 champignons de Paris
nettoyés et coupés en dés
- 1 échalote émincée
- estragon coupé surgelé
- 4 feuilles de papier d'aluminium
-
four préchauffé
- sel, poivre



Préparation

- Disposer la côte de veau sur la feuille de papier d'aluminium.
- Garnir la papillote de champignons.
- Mélanger dans un ramequin la crème fraîche avec la moutarde et l'échalote. Saler, poivrer.
- Verser ce mélange sur la viande et saupoudrer d'estragon.
- Fermer bien hermétiquement la papillote et la disposer sur la plaque du four.
- Laisser cuire 15 mn à thermostat 7.

