

## Paupiettes de veau WW



Pour 4 pers / 7 PP pour pers

- 2 tomates de taille moyenne
- 1 gousse d'ail
- ½ oignon
- 100 fr de champignons de Paris frais
- 2 cs de chapelure
- 4 escalopes de veau fines et larges (de 160 gr chacune)
- 1 cube de bouillon de bœuf dégraissé
- 20 cl d'eau
- Sel, poivre

Pour 4 pers / 7 PP pour pers

Peler les tomates

Hacher l'ail, l'oignon et les tomates. Rajouter les champignons et le persil, hacher à nouveau

Rajouter la chapelure, du sel et du poivre à la préparation et bien mélanger.

Faire revenir cette farce dans une poêle recouverte d'une feuille de cuisson quelques minutes.

Confectionner vos paupiettes en mettant de la farce sur les escalopes, rouler et ficeler chaque escalope avec du fil de cuisine.

Faire revenir les paupiettes dans un autocuiseur recouvert de la feuille de cuisson jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Rajouter l'eau, le reste de la farce et le bouillon cube, retirer la feuille de cuisson et fermer l'autocuiseur

Faire cuire à feu doux 30 minutes

*Servir comme ici avec des pommes de terre vapeur et des haricots verts....un délice !!!!*

*Je vous rappelle pour conclure l'a dresse mail à laquelle vous pouvez m'envoyer les photos de vos réalisations:  
**carflaga@gmail.com***

*je me ferai une joie de les publier lors d'une prochaine mise à l'honneur*