



___ Sauté de Veau d'Aveyron et du Ségala au Safran et Courgettes ___

Saison : Printemps / Eté

Type : Plat



4 pers



Facile



A mijoter



Préparation : 5 min

Cuisson : 2h30

___ Ingrédients ___

- 500 g de sauté de veau de l'Aveyron et du Ségala
- 1 cs d'huile d'olive
- 1 oignon
- 50 cl de vin blanc sec
- Sel
- Poivre
- Quelques pistils de safran
- 2 courgettes

Recette proposée par : Ma p'tite Campagne

Photo : @Map'titeCampagne



___ Préparation ___

Faites chauffer une cocotte avec l'huile d'olive.

Emincez les oignons puis faites les revenir dans l'huile. Lorsqu'ils sont transparents ajoutez les morceaux de veau et laissez colorer.

Versez le vin, le sel et le poivre et le safran. Mélangez bien et laissez mijoter à feu doux pendant 2 heures.

Coupez les courgettes en rondelles puis ajoutez-les au sauté de veau. Laissez cuire encore 30 min puis servez bien chaud.