

VEAU, PORC

asperges vertes , champignons
et à la crème de moutarde

521



4 Personnes

600 g d'escalopes de veau ou de porc (filet)

10 asperges vertes

8 champignons de Paris

1 oignon

30 g de beurre

1 c à s. de moutarde à l'ancienne

20 cl de crème fraîche (voir plus)

Huile d'olive

Sel fin et poivre du moulin

Coupe la viande en petits cubes. Taille les queues des asperges pour retirer le bout trop dur, taille les pointes à 5/6cm de long et le cœur en biseau d'1 cm de large. Lave les champignons, retire leur pied, puis émince-les finement. Épluche et émince l'oignon. Dans une sauteuse ou une cocotte, verse un trait d'huile d'olive, fais suer l'oignon. Ajoute les têtes des asperges en premier, puis les asperges taillées en biseau, laisse cuire 4 à 5 minutes. Intègre les champignons. Laisse cuire encore 6 minutes, mélange, puis débarrasse les légumes dans un plat. Verse un trait d'huile d'olive dans la sauteuse ou la cocotte, assaisonne la viande et mets-la à colorer sur toutes les faces à feu vif. Ajoute le beurre, laisse caraméliser et cuire 2 minutes. Remets les légumes, mélange, puis incorpore la moutarde à l'ancienne et la crème. Assaisonne .. Laisse cuire à petit frémissement quelques minutes. Répartis dans les assiettes et sers bien chaud.