



Escalope à la chasseur et patatoes

4⁺

+2 Points sur 2 portion(s) de légumes

Temps total: 0:55

Préparation: -

Cuisson: 0:55

Portion(s): 4

Difficulté: Facile



Ingrédients

Pommes de terre

800 g

0

Huile de colza

4 cc

6

Sel iodé

1 pincée(s)

0

Paprika, en poudre

1 pincée(s)

0

Oignon

3 pièce(s), petit

0

Champignons de Paris, frais

800 g

0⁺

Dinde, poitrine/filet, cru

480 g

Farine blanche

0

3 CS

4

Bouillon de légumes, préparé

400 ml(2 cc de poudre)

1

Demi-crème, 15% MG

3 CS

4

Moutarde, classique

2 cc

0

Poivre

1 pincée(s)

0

Marjolaine

2 cc

0

Instructions

- 1** Préchauffer le four à 200° C (four à gaz : th. 3, four à air chaud : 180° C). Peler les pommes de terre, les couper en petits dés. Les mélanger à 2 cc d'huile et les répartir sur une plaque recouverte de papier cuisson. Relever les pommes de terre avec le sel et le paprika. Cuire env. 30 minutes à mi-hauteur du four préchauffé.
- 2** Couper les oignons et les champignons en tranches. Répartir 2 CS de farine dans une assiette plate. Y retourner plusieurs fois les escalopes. Faire chauffer le reste d'huile dans une poêle. Y faire cuire les escalopes 4 à 5 minutes de chaque côté. Retirer les escalopes de la poêle.
- 3** Faire cuire env. 1 minutes les morceaux d'oignon dans le jus de cuisson. Ajouter les tranches de champignons et faire cuire env. 5 minutes en remuant. Parsemer du reste de farine. Faire suer brièvement. Arroser de bouillon. Laisser mijoter pendant env. 5 minutes. Mélanger la demi-crème et la moutarde. Saler, poivrer et relever avec la marjolaine. Ajouter les escalopes dans la sauce et réchauffer. Servir l'escalope à la chasseur avec les potatoes.