

VEAU AUX OLIVES

Cette recette est surtout appréciée pour sa rapidité. Vous pourrez profiter d'un plat familial sans vous fatiguer en cuisine !



Temps de préparation : 10 min - Temps de cuisson : 6 min - Temps de repos : 0 min

Ingrédients (2 personnes)

- 2 escalopes de veau
- 1 petite courgette
- 1 tomate
- 4 champignons de paris
- 10 olives noires dénoyautées
- ½ oignon rouge
- 2 branches de thym
- 1 bouillon gélifié
- huile d'olive, sel & poivre

Préparation

Couper la courgette et les tomates en dés. Hacher finement l'oignon. Couper les olives et les champignons en rondelles.

Découper les escalopes de veau en lanières.

Mettre tous les ingrédients dans un sachet vapeur et mettre au four à micro-ondes pendant 6 mn à 600 W.

Verser dans une assiette et déguster !