

CORDON BLEU

Ingrédients :

- 4 tranches d'escalope de veau (fines)
- 4 tranches de jambon blanc
- 1 yaourt
- 50 gr de crème fraîche épaisse
- 50 gr de crème liquide entière
- 200 gr de gruyère râpé
- 50 gr de poudre d'amande
- 3 blancs d'œufs
- 25 gr de beurre
- Sel, poivre
- du persil
- 150 gr de chapelure
- 150 gr de farine
- Huile d'olive



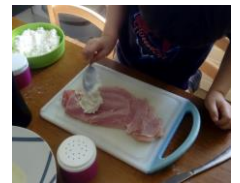
- Préchauffer le four à 180 °C.
- Préparer la pâte de fromage :
 - Mettre dans mixeur le gruyère, la crème fraîche épaisse, la crème liquide entière et le yaourt. Mixer.
 - Ajouter le persil, mixer à nouveau. Mettre au frais.
- Préparer trois assiettes creuses, une avec la farine, une avec les blancs d'œufs, une avec le mélange poudre d'amande/chapelure.

- Monter le cordon bleu :



- Saler, poivre l'escalope de veau des deux côtés. Poser le jambon dessus.

- Mettre la préparation au fromage sur la moitié du jambon. Plier en deux et fermer l'escalope.



- Refaire la même chose avec les 3 escalopes restantes.



- Paner les cordons bleus :

- Passer d'abord le cordon bleu dans la farine (1.), tapoter avec les mains pour enlever le trop plein de farine. Puis tremper dans le blanc d'œuf (2.), puis dans la chapelure (3.).



1.



2.



3.

- Cuisson :

- Faire chauffer l'huile d'olive dans une poêle. Y mettre les cordons bleus. Ajouter quelques noisettes de beurre. Laisser dorer les cordons bleus des deux côtés.
- Une fois bien dorés, les mettre dans un plat allant au four et les faire cuire 7-8 minutes à 180°C

BON APPETIT