Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Facile **Temps de préparation : 5 min** **Temps de cuisson : 15/20 min**

WOK DE VEAU À LA PROVENÇALE ET RIZ PARFUMÉ

Ce plat ensoleillé vous transporte au cœur de la Méditerranée avec ses saveurs authentiques et généreuses.

- **Le Veau** est sélectionné par Didier de la **Ferme du Cantal**, avec soin et respect, garantissant une viande tendre et pleine de saveurs.

LES INGRÉDIENTS

Wok de veau à la provençale
200g

Riz
80g

Persil
1

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS

Huile d'olive

Sel et poivre
Selon votre goût

L'ÉQUIPEMENT

1 poêle , 1 casserole,

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Dans une casserole d'eau bouillante salée, faites cuire le riz environ 12 mn. Quand il est cuit salez, poivrez et ajoutez un filet d'huile d'olive.

ÉTAPE 2

Dans une poêle faites revenir le wok de veau sans matière grasse. Environ 10 minutes.

ÉTAPE 3

Servez le wok accompagné du riz parsemé de persil.