

Poêlée de chou frisé, pommes de terre

Ingrédients : pour 2 personnes

- du chou frisé
- 2 grosses pommes de terre
- 50g de lardons
- sel, poivre et muscade
- huile d'olive

Préparation :

Laver et peler les pommes de terre. Les couper en très fines rondelles. Egalement laver le chou et faire blanchir dans l'eau bouillante. Bien égoutter.

Faire revenir les pommes de terre dans une poêle avec un peu d'huile d'olive, sel, poivre et muscade. Remuer de temps en temps. Lorsqu'elles sont cuites, ajouter les lardons puis le chou émincé. Vérifier l'assaisonnement. Laisser mijoter à feu doux en remuant souvent. Servir et déguster!

Escalopes panées : salez et poivrez les escalopes.

Puis mettre une tranche de jambon.

Ensuite, mettre des lanières d'emmental sur un côté et repliez votre cordon. Ensuite

on la trempe dans la farine, puis un bain d'œuf, puis un petit gommage de chapelure.

Et maintenant on fait dorer le tout dans un peu d'huile d'olives en pensant à le retourner de temps en temps.