

Temps : 20 min

Niveau : Moyenne

Personnes : 10

Un plat simple et généreux.

Préparation

Etape 1

Cuire l'os à moelle une 15 min dans un bouillon frémissant à la sauteuse.

Etape 2

Ajouter sur l'os à moelle la persillade et la chapelure panko. Passer au four à 220° 10 min et réserver .

Etape 3

Couper de fine tranche de pain. Cuire avec de l'huile et de la fleur de sel.

Ingrédients



Os à moelle



Persillade



Chapelure panko



Huile

Valeurs nutritionnelles

Informations pour	100g
Valeur énergétique	1966
Matières grasses (g)	10.7
Dont acides gras saturés	34.4
Glucides (g)	27.4
Dont sucres	1.7
Protéines (g)	5
Sel (g)	1.63