



## Côtes de veau printanières, légumes de printemps rôtis

26/03/2013 à 11h46

Par [Pr Jean-Michel Lecerf](#)

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 4 personne(s)

### Ingrédients :

- 2 belles côtes de veau
- Asperges, carottes, haricots verts, rattes du Touquet
- Huile d'olive

### Préparation :

- Faites cuire les légumes à l'eau, mais gardez-les croquants. Mettez les rattes au four à 200°C pendant 10 minutes;
- Saisissez les côtes de veau avec un peu d'huile. Mettez au four pour 15 minutes. Trois minutes avant la fin de cuisson, ajoutez les légumes dans le plat de cuisson;
- Dressez et déglacez le plat de cuisson avec un peu d'eau pour obtenir une sauce légère.