

# Cœur de veau en sauce

## **Pour 3 Personne(s)**

Temps de préparation : **10 min**

Temps de cuisson : **15 min**

250 g de cœur de veau  
2 oignons  
3 à 4 tomates (selon leur grosseur)  
1/2 botte de persil  
sel  
épices ( poivre rouge, poivre noire  
ou gris, cumin, curcuma, coriandre  
en poudre)  
3 cuillères à soupe d'huile d'olive  
2 cuillère à soupe d'huile de  
tournesol

Couper le cœur de veau en petits morceaux, réserver.

Dans une poêle mettre les huiles, l'oignon mixé finement et laisser revenir 3 minutes.

Rajouter la viande, les épices et remuer avec une cuillère en bois le temps que la viande prend une autre couleur.

Mettre les tomates pelées et mixées en purée, parsemer de persil mixé également couvrir et laisser cuire 5 à 10 minutes tout en remuant de temps en temps avec une cuillère en bois.

Servir chaud accompagner de pommes de terre sautées