

Steaks en croûte

Ingrédients

Pour 2 personnes

papier sulfurisé pour la plaque

2 steaks de porc (env. 100 g pièce)

moutarde

sel

poivre

2 feuilles de pâte à strudel (env. 37x39 cm)

20 g de beurre, fondu

2 tranches de jambon cru

1 tranche de fromage à raclette, coupée en deux

1 petite poire mure, épluchée et coupée en 4 tranches



Préparation

Préparation: 30 minutes

Prêt en 30 minutes

1. Assaisonner les steaks de moutarde, de sel et de poivre.
2. Déplier entièrement les feuilles de pâte. Badigeonner avec la moitié du beurre. Garnir chaque feuille d'un steak, d'une tranche de jambon cru, de deux tranches de poire et d'une demi tranche de fromage à raclette. Replier les feuilles sur le steaks, dans le sens de la largeur et rouler pour former de petits strudels. Badigeonner avec le reste du beurre.
3. Cuire 15-20 min au milieu du four préchauffé à 180 °C.
4. Dresser sur des assiettes.

Servir avec une salade verte.

Envelopper le reste de la pâte à strudel dans du film alimentaire et réserver au réfrigérateur.

Valeurs nutritionnelles

Une portion contient: 523 kcal; protéines: 36 g; lipides: 35 g; glucides: 18 g.