



# Casserole de Veau de lait à la **mexicaine** Du frigo au fourneau

Accordez-vous un moment de répit. La veille de votre repas, prenez quelques minutes pour préparer cette Casserole de Veau de lait à la mexicaine. Le soir venu, il ne reste qu'à la mettre au four. Et voilà, le souper est prêt!

**Rendement :** 4 portions  
**Exécution :** facile  
**Préparation :** 10 minutes  
**Cuisson :** 45 minutes



## Ingrédients

500 g (1 lb)	d'escalopes de Veau de lait du Québec
1 boîte (284 ml / 10 oz)	de crème de tomate
125 ml (1/2 tasse)	de lait
125 ml (1/2 tasse)	d'eau
30 ml (2 c. à soupe)	d'oignons déshydratés
2 ml (1/2 c. à thé)	de poudre d'ail
5 ml (1 c. à thé)	d'origan séché
250 ml (1 tasse)	de riz à grains longs
1	poivron vert coupé en cubes
1 pot (170 ml)	de poivrons rouges rôtis égouttés et coupés en lanières
1 boîte (199 ml / 7 oz)	de maïs en grains égoutté
Au goût	sel et poivre
500 ml (2 tasses)	de fromage Mozzarella râpé

## Préparation (la veille ou le matin)

1. Dans un bol, combiner la crème de tomate, le lait, l'eau, les oignons déshydratés, la poudre d'ail et l'origan.
2. Dans un plat allant au four d'une capacité de 2 L (8 tasses) mettre le riz et le mélange de sauce aux tomates. Mélanger à la fourchette. Ajouter le poivron vert, le poivron rouge rôti et le maïs en grains. Déposer les escalopes de veau de lait en une seule couche sur le dessus. Saler et poivrer au goût. Recouvrir du fromage râpé. Couvrir et réfrigérer jusqu'au moment de faire cuire.
3. Préchauffer le four à 425 °F (220 °C). Cuire à couvert pendant 40 minutes ou jusqu'à ce que le liquide soit complètement absorbé par le riz. Cuire à découvert sous le gril du four pendant environ 5 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit doré. Laisser reposer pendant 5 minutes avant de servir.

**Variante :** Remplacer la crème de tomate par un sachet de mélange pour sauce au fromage.