

Escalope de Dinde à l'Italienne

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 45 minutes

Ingrédients:

- ESCALOPE(S) DE DINDONNEAU 4
- COURGETTE(S) 1
- PARMESAN EN COPEAUX
- PESTO VERT 4 c à café
- SEL
- POIVRE

Recette:

- Étalez les escalopes de volaille et aplatissez-les au marteau de cuisine.
- Coupez quelques lanières de courgettes à l'aide d'un économe.
- Répartissez ces lanières sur la volaille puis étalez le pesto et saupoudrez de quelques copeaux de parmesan.
- Roulez la volaille sur elle-même et faites tenir le tout à l'aide d'un cure-dent.
- Dans une poêle chaude avec couvercle, faites chauffer un peu d'huile (ou beurre de cuisson). Faites-y saisir les escalopes sur toutes les faces. Salez et poivrez.
- Baissez le feu, couvrez et laissez cuire doucement pendant 12-15 minutes en retournant de temps en temps la viande.
- Servez sans attendre.

Remarque:

Servez avec des pâtes et une sauce tomates épicée.

