

17 janvier 2008

### **Tartelettes épicées au poulet « chili style »**



(pour 6)

*1 boîte de tomates concassées à l'origan et au vinaigre balsamique*

*1 cs de vinaigre*

*1 blanc de poulet*

*2 cs de cumin moulu*

*2 cs de coriandre moulu*

*1 cs de paprika*

*½ boîte de haricots noirs*

*pâte brisée*

*huile d'olive*

Foncez des moules à tartelettes beurrés avec la pâte. Piquez à la fourchette.  
Dans une poêle, faites chauffer les tomates avec le vinaigre, jusqu'à évaporation du liquide. Ajoutez ensuite les haricots noirs et répartissez sur les fonds de tarte.  
Mélangez les épices ensemble puis panez le blanc de poulet avec.  
Faites chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle anti-adhésive et faites-y cuire le poulet.