

Escalopes de Poulet au Pesto



Ingrédients : (pour 2 personnes)

- * 2 escalopes de poulet
- * 2 c à s de pesto
- * 1 oeuf
- * du parmesan

Ouvrir chaque escalope en 2 et les farcir de 1 c à s de pesto chacune.

Tremper l'escalope dans l'oeuf puis dans le parmesan.

Faire cuire dans une poêle avec un peu d'huile d'olive environ 10 minutes à feu doux.

J'ai servi cette viande avec des spaghetti au beurre avec 1 cuillère de pesto et une tomate à la provençale.

Pour la tomate à la provençale, couper le "chapeau" de la tomate et la vider un peu. Mettre de l'ail, du basilic, du parmesan et des herbes de provence. Faire cuire au four à 150°C environ 15 minutes.