



Salade escalope de dinde panée

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MN

DURÉE TOTALE : 15 MN

PRÉPARATION :

ETAPE 1

DANS UNE CASSEROLE D'EAU BOUILLANTE, PLONGEZ DÉLICATEMENT LES OEUFS ET LAISSEZ CUIRE 8 À 9 MINUTES. PENDANT LA CUISSON DES OEUFS, DANS UNE POÊLE CHAUDE, AJOUTEZ UN FILET D'HUILE D'OLIVE. FAITES GRILLER LES ESCALOPE DE DINDE PANÉES 3 À 4 MINUTES SUR CHAQUE FACE. UNE FOIS LES OEUFS CUITS, PLONGEZ LES DANS L'EAU FROIDE.

ETAPE 2

DÈS QUE LA VIANDE EST CUITE, COUPEZ-LA EN MORCEAUX. LAVEZ PUIS COUPEZ LES TOMATES CERISES EN DEUX. ENLEVEZ LA COQUILLE DES OEUFS ET COUPEZ LES EN 4.

INGRÉDIENTS : (POUR 4 PERS)

- 4 ESCALOPE DE DINDE (PANÉES)
- 8 POIGNÉES SALADE (MÉLANGE)
- 4 OEUFS
- 400 G TOMATES CERISES
- 60 G PARMESAN (MORCEAUX)
- 4 CÀC CRÈME BALSAMIQUE

ETAPE 3

DANS CHAQUE ASSIETTE, AJOUTEZ LA SALADE, LES TOMATES CERISES, LA DINDE PANÉE, LES OEUFS, LES COPEAUX DE PARMESAN, UN FILET D'HUILE D'OLIVE ET LA CRÈME BALSAMIQUE. C'EST PRÊT !

Recette
proposée par

