



Escalopes de poulet marinées au citron et romarin, à l'huile d'olive d'Aix-en-Provence, olives mûrées AOP

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de repos : 1 heure

Temps de cuisson : 15 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 4 escalopes de poulet
- 4 c. à soupe d'huile d'olive d'Aix-en-Provence – olives mûrées AOP
- Le jus d'un citron
- Sel
- Poivre
- Quelques brins de romarin
- 4 c. à soupe de sauce tomate

1. Déposer les escalopes dans un récipient hermétique.
2. Arroser avec l'huile d'olive et le jus de citron. Saler, poivrer et ajouter les brins de romarin. Couvrir et laisser mariner 1 h au frais en les retournant au bout de 30 minutes.
3. Égoutter la marinade en la réservant et faire cuire les escalopes de poulet dans une poêle bien chaude environ 6 à 7 minutes de chaque côté.
4. Faire réduire la marinade dans une casserole, à feu doux, quelques minutes. Rajouter la sauce tomate, laisser deux minutes sur le feu et servir.

Conseil : Servir le poulet avec la sauce et des légumes rôtis au four.