



Escalopes de poulet farcies aux tomates confites et moutarde citron thym

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 15 à 20 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

- 4 filets de poulet
- Moutarde citron thym Clovis
- 2 à 3 gousses d'ail
- 1 dizaine de tomates confites
- 1 boule de mozzarella
- Beurre
- sel/poivre

1. Préchauffez le four à 190 ° C.
2. Préparez vos escalopes de poulet : entre deux feuilles de film étirable ou de papier de cuisson, tapez-les légèrement avec un pilon à viande ou un rouleau à pâtisserie. Cela va permettre d'affiner votre viande.
3. Coupez votre mozzarella en tranches.
4. Faites une entaille dans l'épaisseur des escalopes de manière à pouvoir les farcir. Ouvrez les escalopes, déposez une généreuse cuillère de moutarde thym-citron de manière à couvrir tout l'intérieur des filets de poulet. Ajoutez

des tranches de mozzarella sur toute la longueur, déposez les tomates confites par-dessus. Refermez bien l'escalope.

5. N'hésitez pas à utiliser un pic pour bien fermer l'ensemble.
6. Faites chauffer une poêle, ajoutez un peu de beurre et les gousses d'ail (elles vont parfumer le poulet à la cuisson). Faites dorer les escalopes de poulet pendant 2 à 3 minutes par face.
7. Placez les escalopes dans un plat, type plat à gratin, versez le beurre de cuisson et les gousses d'ail par-dessus.
8. Enfournez pour 10 à 15 minutes.
9. Servez avec une salade bien fraîche.