

Poêlée de légumes d'été et suprême de poulet grillé



INGRÉDIENTS : 4 PERS.

- 1 aubergine
- 1 petit poivron orange
- 2 petites courgettes
- 8 petites tomates
- 4 petits oignons nouveau
- 4 filets de poulet
- Sel aux herbes et légumes du soleil La Baleine®
- Poivre
- Huile d'olive
- 1 c. à soupe de persil et ciboulette ciselés
-

PRÉPARATION

Temps de préparation : 20 min

Temps de cuisson : 20 min

Temps de repos :

- Lavez tous les légumes.
- Séchez-les. Coupez l'aubergine et le poivron en morceaux.
- Coupez les courgettes en rondelles.
- Coupez les oignons et les tomates cerise en 1/4.
- Hachez l'ail.
- Chauffez une poêle avec de l'huile d'olive et dorez chaque légume séparément.
- Lorsque tous les légumes sont cuits, mélangez les ensemble.
- Saupoudrez-les de sel aux herbes et légumes du soleil La Baleine®, poivrez. Réservez.