

Blanc de poulet surprise à l'italienne

Préparation 30 mn

Cuisson 30 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 blancs de poulet
2 boules de mozzarella
500 g de tomates fermes
12 tomates cocktail
1 belle aubergine
6 échalotes
2 gousses d'ail
8 brins de romarin
6 c à s d'huile d'olive
3 c à s de vinaigre balsamique
Sel et poivre du moulin

Éliminer le pédoncule des aubergines et couper 4 belles bandes assez fines dans la longueur. Saler et laisser dégorger 30 mn.

Les éponger et les mettre dans un plat à gratin ou sur une plaque antiadhésive, et les arroser de 3 c à s d'huile d'olive.

Les faire cuire 15 mn sous le grill du four en les retournant à mi-cuisson.

Emincer ail et échalotes pelées. Concasser les tomates épépinées.

Faire blondir les échalotes dans 1 c à s d'huile d'olive sur feu chaud.

Ajouter l'ail et les tomates, saler et cuire 3 mn. Arroser de vinaigre.

Ébouillanter les tomates cocktail et les peler mais en laissant la peau attachée près du pédoncule.

Dorer les blancs de poulet salés et poivrés dans 1 c à s d'huile d'olive pendant 5 mn. Les ouvrir en 2 dans la longueur et recouvrir une moitié de blanc d'une tranche d'aubergine, de lamelles de mozzarella et d'un brin de romarin ou de feuilles de romarin finement ciselées plus agréable je trouve à la dégustation. Recouvrir avec l'autre moitié, mettre un autre brin de romarin (là laisser le brin entier pour la déco) et ficeler.

Faire gratiner 10 mn environ dans un plat huilé.

Servir avec les tomates aux échalotes et les tomates cocktail.

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>