

Saltimbocca de volaille au jambon de Parme et Mozzarella

Ingrédients : 1 recette pour deux

2 boules de mozzarella

4 escalopes de poulet bien fines

1 botte de basilic

4 tranches de jambon de Parme

sel/poivre

1 bouteille de sauce tomate (environ 75cl)

1poivron rouge/jaune /ou vert

1ou2 oignons

Ail

Préparation :

1) Préchauffer votre four à 250 °c(th.8)

2) Épluchez les oignons et l'ail et faire revenir dans un peu d'huile d'olive

3) Découpez les poivrons en petits cubes et les ajouter aux oignons et l'ail

4) Ajoutez la sauce tomate et laissez cuire 5/10minutes

5) Coupez la mozzarella en tranches fines(10 tranches minimum par boule)

6) Posez une escalope de poulet bien à plat et disposez des feuilles de basilic sue le dessus

- 7) Répartir 3ou 4 tranches de mozzarella puis recouvrir avec une tranche de jambon de Parme
- 8) Rouler délicatement l'escalope pour former un saltimbocca. Faire de même avec les 3 autres
- 9) Placer dans un plat allant au four (si possible avec couvercle)
- 10) Saler modérément et poivrer
- 11)Ajoutez la sauce tomate et la mozzarella
- 12) Couvrir et placer dans le four préchauffé à 250°c (th 8)
- 13) Faire cuire 15-20 minutes.
- 14) Retirez le couvercle et poursuivre la cuisson encore 5 mn pour gratiner

Il vous faut pour cette recette :

Poêle plat allant au four avec couvercle si possible et on oublie pas le TORCHON