

POULET PARMIGIANA DE NICOLA

INGRÉDIENTS

- 4 escalopes de poulet
- 2 tasses de farine
- 4 oeufs battus
- 2 tasses de chapelure
- huile d'olive
- sauce tomate au goût
- fromage mozzarella râpé au goût
- petit bloc de parmesan Reggiano
- 1 tasse de pâtes
- légumes au choix (ex. brocoli, poivrons, champignons, etc.)
- sel et poivre

PRÉPARATION

1. Comme Nicola, enfariner les escalopes, les tremper dans les oeufs puis dans la chapelure.
2. Faire griller les escalopes dans la poêle.
3. Ensuite, les disposer dans une plaque à biscuits, et ajouter une partie de la sauce tomate et le fromage mozzarella râpé. Bien gratiner le tout au four.
4. Faire griller les légumes dans la même poêle qui a servi à faire griller le poulet, en ajoutant un peu d'huile. Ajouter du sel et du poivre au goût.
5. Faire cuire les pâtes, égoutter et ajouter le reste de la sauce tomate (réchauffée) .
6. Ajouter du parmesan fraîchement râpé sur les pâtes. Servir le poulet accompagné des pâtes et des légumes grillés.

FAMILLE
au menu