

POULET GRILLÉ AUX COURGETTES ET HARICOTS VERTS



Cette recette associe des filets de poulet grillés à des légumes verts rapidement sautés. Les courgettes restent légèrement fondantes tandis que les haricots verts apportent une texture croquante et fraîche.

Infos

- **Temps de préparation:** 15 mins
 - **Temps de cuisson:** 20 mins
 - **Portions:** 4 portions
-

Ingredients

- 4 filets de poulet
 - 2 courgettes
 - 400 g de haricots verts
 - 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
 - 1 gousse d'ail
 - 1 cuillère à café d'herbes de Provence
 - Sel et poivre
-

Préparation

Etape