

ESCALOPE DE DINDE à LA RATATOUILLE



Cette assiette associe des escalopes de dinde poêlées à une ratatouille maison composée de courgettes, d'aubergine, de poivron et de tomates.

Infos

- **Temps de préparation:** 20 mins
 - **Temps de cuisson:** 30 mins
 - **Portions:** 4 portions
-

Ingredients

- 4 escalopes de dinde
 - 1 courgette
 - 1 aubergine
 - 1 poivron rouge
 - 3 tomates
 - 1 oignon
 - 2 gousses d'ail
 - 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
 - Herbes de Provence, sel et poivre
-

Préparation

Etape 1

Couper la courgette, l'aubergine, le poivron et les tomates en morceaux. Émincer l'oignon et l'ail.

Etape 2

Faire revenir l'oignon dans une cuillère à soupe d'huile d'olive. Ajouter l'aubergine, le poivron et la courgette, puis les tomates, l'ail et les herbes. Couvrir et laisser mijoter pendant 20 à 25 minutes.

Etape 3

Assaisonner les escalopes de dinde et les cuire dans une poêle chaude avec le reste d'huile d'olive pendant environ 4 à 5 minutes de chaque côté.

Etape 4

Servir les escalopes de dinde accompagnées de la ratatouille chaude.