

Plats/Gratin de poulet et de courgettes

Nombre de personne
Durée de préparation
Difficulté 1

4
30 Minutes

Note 2/5 (1 vote)



Ingrédients

350g Poulet

100g Gruyère râpé

2 Courgettes

2 Tomates

1 Oignon

Une cuillère à Soupe d'huile Fleurial

Sel

Poivre

Préparation

Préchauffez le four à th 6 (180 °C).

Lavez et coupez les courgettes en rondelles. Plongez-les dans un grand volume d'eau bouillante salée pendant 10 min puis égouttez-les.

Epluchez et ciselez l'oignon. Hachez le poulet. Dans une poêle, faites chauffer l'huile Fleurial et faites fondre l'oignon pendant 3 min avant

d'ajouter le poulet durant 5 min. Salez et poivrez.

Dans un plat à gratin, répartissez le poulet et les courgettes en terminant par les tomates coupées en tranches puis par le gruyère râpé. Enfourez pour 20 min et dégustez bien chaud.