

BURGER DU SOLEIL

2 personnes

15 minutes

Easy

Ingredients

- 2 Buns Briochés
- 1 escalope de poulet (125g environ)
- Huile d'olive
- 1 courgette
- 2 carottes
- 1 tomate
- 1 demi-poivron jaune
- Quelques feuilles de roquette
- Fromage ail et fines herbes
- Olives noires dénoyautées
- Sel et poivre

Preparation

Laver la courgette, la tomate et les carottes et les couper en fines rondelles ainsi que le poivron.

Faire revenir tous ces légumes dans une poêle avec de l'huile d'olive 6 à 8 minutes à feu moyen. Couper les olives noires en rondelles et les ajouter à la poêlée de légumes.

Couper l'escalope de poulet en aiguillettes, saler et poivrer. Les saisir dans une poêle avec un peu d'huile d'olive 2 minutes de chaque côté à feu moyen.

Toaster légèrement les Buns Briochés et les tartiner de fromage ail et fines herbes.

Pour finir, ajouter les légumes, les aiguillettes de poulet et refermer avec le chapeau.

