



Steaks de poulet grillés avec légumes



Categoria
Carne



Tempo de preparação
Rápido



Dificuldade
Fácil



Custo
Intermediária



Com quem?
Seul



Nº de pessoas
1 pessoa

Ingredientes



50ml d'Huile d'Olive Vierge
Extra Gallo Clássico

- 150g de steaks de poitrine de poulet
- 10g d'oignon
- 20g de poireaux
- 40g de carotte
- 40g de courgette
- 40g de champignons
- 2 œufs
- Sel en quantité suffisante
- Poivre en quantité suffisante

Modo de preparação

1

1. Commencez par cuisiner les légumes. Chauffez l'huile d'olive à feu vif pour qu'elle ne colle pas dans la poêle, cuisinez les légumes coupés en bandes fines.

2

Battez les œufs et ajoutez à la préparation précédente, avec le sel et le poivre fraîchement moulu, au goût, toujours à feu vif.

3

Ensuite, préparez le poulet en assaisonnant les steaks avec du sel et du poivre.

4

Grillez les steaks et servez-les arrosés avec de l'huile d'olive aromatisée avec de la saucisse, pour donner une touche de saveur.

Produtos utilizados



Clássico

Huile d'Olive Vierge Extra



Mais receitas em
www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide