

ROULÉS DE POULET LARD PESTO MOZZARELLA

- **Type de plat** : Plat principal
- **Difficulté** : Facile
- **Coût de la recette** : Bon marché
- **Temps de préparation** : 20 min
- **Temps de cuisson** : 20 min
- **Calories** : Elevé
- **Pays** : France



Ingrédients pour 4 personnes

- **300g de très fines tranches de poitrine fumée**
- **6 blancs de poulet**
- **4 cuillères à soupe de pesto tout prêt ou fait maison**
- **une boule de mozzarella**

Etapes de préparation

1. Poser un grand rectangle de cellophane sur votre plan de travail, y faire se chevaucher légèrement les fines tranches de poitrine fumée. Puis y mettre les blancs de poulets que vous aurez pris soin de recouper dans l'épaisseur afin qu'ils soient assez fins (Plus faciles à rouler ensuite).
2. Égoutter la mozzarella et la couper en tranches.
3. Ajouter le pesto, puis la mozzarella au 1/3 de la surface. (je n'ai pas salé ni poivré, mais on peut).
4. Enfin roulez en vous aidant du film cellophane, puis ficellez ce boudin avec de la ficelle de cuisine en divers endroits pour que ça se tienne.
5. Enfin faire dorer sur toutes les faces dans un peu d'huile à la poêle (ou dans une sauteuse), pendant 10-15 minutes selon l'épaisseur de votre roulé, puis mettre au four à 160 ° pendant 10 minutes pour finir la cuisson.

