

Blancs de poulets à la niçoise

Ingrédients :

6 blancs de poulets, 6 tomates, 3 aubergines, 3 oignons, 150 g. d'olives de Nice (petites noires), 100 g. de beurre, 4 cuillers de vermouth, huile d'olive.



- *Dénoyauter les olives, laver les tomates, laver les aubergines, les couper en rondelles et fariner celles-ci, éplucher les oignons et les couper en rondelles.*
- *Cuire les blancs de poulets à la poêle avec le beurre,*
- *Chauffer l'huile d'une friteuse, mais pas au maximum, y frire les rondelles d'aubergines.*
- *Passer les tomates entières à la sauteuse huilée, y ajouter les olives, le tout à feu vif.*
- *À la poêle huilée, faire revenir les oignons.*
- *Dresser les blancs au centre d'un plat, les entourer des légumes (olives, tomates, aubergines), entourer le tout des rondelles d'oignons.*
- *Déglacer les différents jus de cuisson avec le vermouth, en arroser le plat.*