



GRATIN DE TORTILLAS



2 pers.



30 min.



620 kcal/pers.*

INGRÉDIENTS

2 blancs de poulet / 200g. de séré maigre /
100g. d'Emmental / 1 oignon rouge / Ciboulette /
4 crêpes Tortillas

FOND DE PLACARD

5dl. de bouillon de légumes / 1cc. de Paprika /
Sel / Poivre

Préalable. Préchauffer le four à 200C°.

Poulet. Porter à ébullition 5dl. de bouillon de légumes et y plonger les blancs de poulet. Couvrir et cuire environ 10 minutes à feu moyen.

Oignon rouge. Éplucher et couper finement l'oignon rouge.

Ciboulette. Laver et couper finement la ciboulette.

Poulet cuit. Une fois le poulet cuit, le couper en morceaux, puis le mélanger avec le séré maigre, l'oignon rouge, la ciboulette et la moitié de l'emmental râpé. Saler, poivrer et ajouter 1cc. de paprika. Bien mélanger le tout.

Gratin de tortillas. Déposer la farce sur les tortillas, les plier et les déposer dans un plat allant au four. Recouvrir avec le reste d'emmental râpé et cuire au four 10-15 minutes à 200C°.

* Donné à titre indicatif. Peut varier en fonction des produits utilisés.