POULET GRILLé AUX COURGETTES ET HARICOTS VERTS



Cette recette associe des filets de poulet grillés à des légumes verts rapidement sautés. Les courgettes restent légèrement fondantes tandis que les haricots verts apportent une texture croquante et fraîche.

Infos

- **Temps de préparation**: 15 mins
- **Temps de cuisson**: 20 mins
- **Portions**: 4 portions

Ingredients

- 4 filets de poulet
- 2 courgettes
- 400 g de haricots verts
- 2 cuillères à soupe d’huile d’olive
- 1 gousse d’ail
- 1 cuillère à café d’herbes de Provence
- Sel et poivre

Préparation

Etape