

BLANC DE DINDE A LA POTAGERE

Préparation: 15 mn

Cuisson: 30 mn

Accompagnement: salade de tomates

6 personnes:

3 pommes de terre

8 olives vertes fraîches farcies au poivron

2 tranches de romarin

1 bouquet de persil

1 gousse d'ail

2 cc de câpres

3 cs d'huile d'olive + huile pour le plat,

6 escalopes de dinde(150 g chacune)

sel, poivre

1. Pelez et coupez les pommes de terre en dés.
2. Placez-les dans un récipient en plastique couvert de film alimentaire. Faites-les cuire 5 mn au four à micro-ondes à la puissance maximale.
3. Emincez les olives, ciselez le romarin et la moitié du persil. Pelez et écrasez l'ail.
4. Mélangez le tout avec les pommes de terre, les câpres et 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Salez, poivrez.
5. Préchauffez le four à 200°C thermostat (6-7).

6. Fendez chaque blanc de dinde dans l'épaisseur pour former une poche de 5 cm de profondeur d'environ.
7. Garnissez-les de farce aux pommes de terre.
8. Disposez les blancs de dinde farcis dans un plat à four huilé.
9. Arrosez-les d'une cuillère à soupe d'huile restante et parsemez-les avec le reste du persil ciselé. Enfournez 30 mn. Servez bien chaud.

LES CONSEILS DE NINA: Si vous n'avez pas de four à micro-ondes, faites cuire les dés de pommes de terre 10 mn à la vapeur.

Pour plus de tenue, vous pouvez ficeler les blancs avant de les enfourner. Ôtez la ficelle avant de servir.