

TIAN AU CHORIZO



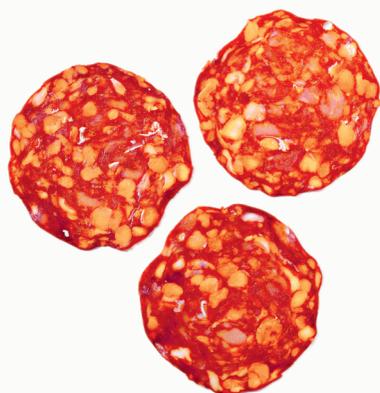
Aubergine
x 1



Tomates
x 8



Courgettes
x 2



Chorizo
12 tranches

 **Sel, poivre**



Préparation : 10 min

Cuisson : 30 min

- Préchauffez le four à 180°C.
- Lavez et coupez tous les **légumes** en tranches fines sans les éplucher et disposez-les dans un plat en intercalant les tranches de **chorizo**. Salez, poivrez.
- Enfournez 30 min et dégustez.



FRICASSÉE DE POULET FORESTIÈRE



Pilons de poulet
x 8



Potiron
400 g



Sauce soja
4 cuil. à soupe



Chanterelles
300 g



Crème liquide
33 cl

 **Sel, poivre**



Préparation : 10 min

Cuisson : 1h

- Préchauffez le four à 180°C.
- Épluchez et coupez le **potiron** en morceaux. Nettoyez les **chanterelles**. Répartissez les **pilons**, le **potiron** et les **chanterelles** dans un plat à four. Mélangez la crème avec la **sauce soja** et versez-la dans le plat. Salez, poivrez.
- Enfournez 1h et dégustez.

