

Escalopes à la crème

Les ingrédients :

- escalopes de dinde
- crème fraîche
- haricot vert
- champignon sans graisse

Le matériel :

- poêle

Préparation :

Fais cuire les escalopes de dinde sans graisse .

Vers la fin de la cuisson, ajoute un peu de crème fraîche .

Fais chauffer des haricots verts et les champignons sans graisse.

Sers séparément .