



35 Place de l'Eglise, 72 560 Changé  
mickael.doire@traditionsarthoise.fr



Facile



4 personnes



40 min de préparation



45 min de cuisson

## Escalopes de porc et courgettes



### Suggestions:

Rosé de Provence

Saint Nicolas de  
Bourgueil

### Ingrédients

4 escalopes de porc  
3 tasses de champignons  
frais tranchés  
1/2 gousse d'ail pressée  
3 petites courgettes,  
tranchées finement  
2 grosses tomates hachées  
1/2 cuillère à thé d'origan  
séché  
3/4 tasse de mozzarella à  
15% de matières grasses  
râpée.

### Préparation

1 Faites chauffer la moitié de l'huile dans un grand poêlon sur un feu moyen-vif. Faites dorer légèrement les escalopes de porc des 2 côtés pendant environ 1 minute. Retirez et réservez dans un plat allant au four.

2 Faites chauffer le reste de l'huile sur un feu moyen. Ajoutez les champignons et l'ail et faites cuire pendant 5 minutes. Ajoutez les courgettes, les tomates et l'origan, laissez cuire pendant 10 minutes. Assaisonner au goût.

3 Préchauffez le grill du four. Répartir la préparation de courgettes sur les escalopes à l'aide d'une cuillère trouée. Garnissez de mozzarella râpée. Glissez sous le grill et faites griller pendant 6-7 minutes, jusqu'à ce que le fromage soit doré et fasse des bulles.

4 Servez accompagné de pâtes fraîches aux fines herbes, assaisonnées et parfumées d'un filet d'huile d'olive.



### Astuces de votre artisan boucher-charcutier-traiteur



Pour un brunch gourmet : utilisez du fromage de chèvre et de l'origan au lieu du fromage mozzarella et de l'origan séché. Servez le tout sur du pain baguette grillé.

Retrouvez toutes nos recettes sur notre site internet : [www.traditionsarthoise.fr](http://www.traditionsarthoise.fr)

Donnez votre avis sur Tradition Sarthoise