Cordons bleus au pesto et tomates séchées

4 pers 22 mn

Les **ingrédients**

- 4 Filets de poulet
- 4 c. à s. Pesto vert
- 8 Tomates séchées
- 8 tranches Mozzarella
- 2 Oeufs
- 80 g Farine de blé
- 120 g Chapelure
- 3 Courgettes
- 3 c. à s. Huile d'olive
- 4 brins Basilic frais
- Sel fin
- Poivre moulu

La **recette**

Etape 1

Préchauffer le four à 200°C (th. 7) et tapisser une plaque de papier sulfurisé.

Etape 2

Laver et couper les courgettes en fines rondelles, égoutter et couper la mozzarella en tranches, puis rincer et ciseler le basilic.

Etape 3

Ouvrir les filets de poulet en portefeuille. Tartiner l'intérieur de pesto, ajouter les tomates séchées et la mozzarella, puis refermer.

Etape 4

Battre les oeufs dans une assiette creuse, puis verser la farine et la chapelure dans des assiettes distinctes.

Etape 5

Tremper les cordons bleus dans la farine, puis dans l'oeuf battu et dans la chapelure.

Etape 6

Déposer les cordons bleus sur la plaque, répartir les courgettes autour, arroser d'huile d'olive, saler et poivrer.

Etape 7

Enfourner 25 à 30 minutes en retournant les courgettes à mi-cuisson, jusqu'à ce que le poulet soit cuit et bien doré.

Etape 8

Servir les cordons bleus bien chauds avec les courgettes grillées dans les assiettes, parsemer de basilic et déguster.