

Emincé de dinde aux salsifis WW



<

Pour 4 pers / 4 pp par pers pour 110 gr de viande

- 2 grosses boites de salsifis
- 4 escalopes de dinde
- 1 échalote
- 4 cs de parmesan
- sel, poivre

Couper les escalopes en fines lamelles, en émincé.

Faire dorer la viande dans une sauteuse munie d'une feuille de cuisson avec l'échalote émincée.

Rajouter les salsifis, récupérer les sucs de la viande sur la feuille de cuisson à l'aide d'une cuillère à bois et retirer la feuille de cuisson.

Saler, poivrer et disperser le parmesan dans la sauteuse, mélanger et faire chauffer 2 minutes.

Servir.