

BOUILLON AU POULET

INSTRUCTIONS :

Un repas facile, léger et idéal les jours d'activité peu intensive

Instructions pour deux personnes

1. Dans une cocotte, coupez les courgettes
2. Ajoutez le bouillon de légumes et basilic
3. Faites revenir à couvert à 15 à 20 min à feu doux
4. Ajoutez le filet de poulet émincé et laissez revenir 5 à 10 min
5. Dégustez c'est prêt



Liste des courses

Ingrédients	Requis	Quantité
Courgette	<input checked="" type="checkbox"/>	3
Filet de poulet	<input checked="" type="checkbox"/>	1
Bouillon de légumes	<input checked="" type="checkbox"/>	0,5 l
Basilic	<input checked="" type="checkbox"/>	1 càs