

# Escalope de poulet au roquefort

## Pour 4 personnes

- \* 4 escalopes de poulet de 150 gr
- \* 60 gr de roquefort
- \* 80 gr de crème allégée
- \* poivre



Faire revenir les escalopes dans une poêle recouverte d'une feuille de cuisson.

Pendant ce temps émietter le roquefort dans un bol et mélanger avec la crème allégée

Une fois les escalopes pratiquement cuites, déglacer la poêle avec la préparation au roquefort, poivrer et laisser mijoter à feu très doux pendant environ 5 à 7 minutes.