Poitrines de poulet farcies au jambon cru et au fromage frais

Durée totale: 35 min

Temps actif: 35 min

Facile

Ingrédients

Pour 4 personnes

- **4** poitrines de poulet suisse. À faire inciser par votre boucher- charcutier pour y introduire la farce.
- **50 g** jambon cru
- **5** feuilles de sauge
- **4 cs** fromage frais
- sel
- poivre du moulin
- paprika doux en poudre
- **1** citron

Valeurs nutritives

1 portion (sans légumes ni salade de pâtes) contient env.:

- **220** kcal
- **34 g** de protéines
- **1 g** de glucides
- **9 g** de lipides

Sans gluten

Contient du lactose

Préparation

1. Détailler le jambon cru en petits cubes, hacher la sauge, les incorporer tous les deux au fromage frais. Saler, poivrer, puis farcir les poitrines de poulet de ce mélange.

2. Refermer soigneusement les poitrines de poulet avec des piques en bois, les poser sur le gril en contact direct avec le feu et les faire griller 7-8 minutes de chaque côté. Servir saupoudré de paprika en poudre selon votre goût et avec du citron coupé en morceaux.

   À accompagner de légumes grillés et d'une salade de pâtes.