



SALADE DE CHEVRE CHAUD

Simple et efficace ...

Cuire les gésiers, puis les faire revenir quelques minutes dans la poêle. Pendant ce temps, tremper les chèvres dans l'œuf puis dans la chapelure.

Laver la salade et l'assaisonner avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive et 2 cuillères à soupe de vinaigre balsamique. Faire revenir les chèvres dans une poêle avec un peu d'huile d'olive.

Servir dans une grande assiette. Placer la salade au milieu et mettre les gésiers et les chèvres par-dessus.

Ceci peut être dégusté en entrée ou en plat principal.

Bonne dégustation !



L'huile d'olive

Pour 4 pers

400 grammes de gésiers de volaille

Une salade

2 chèvres frais

2 œufs

8 cuillères à soupe de chapelure

8 cuillères à soupe d'huile d'olive

4 cuillères à soupe de vinaigre balsamique

Les Bienfaits :

Lutte contre le

vieillesse cutané

Nourrie une peau sèche.

Masque pour cheveux secs

2 cuillères à soupe d'huile de pépins de raisins

1 cuillères à soupe de beurre de mangue

10 gouttes d'huile essentiel

Appliquez sur les cheveux laissez agir quelques minutes puis rincez.

HUILERIE Vernoilaise

ZA des Doués
49390 Vernoil le Fourrier
02-41-51-51-26

www.huilerie-vernoilaise.com