

## Galettes de poulet et courgette recette de Méli Tzolithos

1 belle escalope de poulet  
1/2 courgette  
2 cuil. à s de chapelure  
1 belle cuil. à s de parmesan  
1 oeuf + du sel et du poivre

Mixez l'escalope de poulet et râpez la courgette , puis placez-les dans un bol avec l'œuf, le parmesan, la chapelure, le sel et le poivre.

Bien mélanger jusqu'à ce que la pâte soit moelleuse. Avec une cuillère à soupe, former des galettes. Chauffez l'huile d'olive dans votre poêle et à l'aide de votre cuillère trempée dans l'huile de votre poêle, aplatissez un peu les galettes (car la pâte est bien collante). Les faire dorer dans votre poêle.

\*avec 1 escalope j'ai réalisé 5 galettes.