



Όταν

ο χρόνος που έχεις για να φτιάξεις το μεσημεριανό σου φαγητό είναι 15 λεπτά, ένα ψητό φιλέτο κοτόπουλο με ντοματίνια, ελιές, φέτα και ελαιόλαδο είναι η τέλεια

επιλογή. Δες παρακάτω την συνταγή!

Υλικά που θα χρειαστείς:

- 2 στήθη κοτόπουλο κομμένα στη μέση
- 1/3 φλιτζάνι ελιές χωρίς κουκούτσι κομμένες στην μέση
- 120 gr φέτα
- 1/2 φλιτζάνι φρέσκα φύλλα δυόσμου
- 2 με 3 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο
- αλάτι και πιπέρι
- 5-6 ντοματίνια κομμένα στη μέση

Πώς θα το φτιάξεις:

1. Σε ένα μπολ ανακάτεψε τα ντοματίνια, τις ελιές, την φέτα, τον δυόσμο, 1 κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο, το αλάτι και το πιπέρι.
2. Στη συνέχεια ζέστανε ένα τηγάνι και βάλε μέσα λίγο λάδι.
3. Πρόσθεσε αλάτι και πιπέρι στο κοτόπουλο και βάλε το στο τηγάνι.
4. Ψήσε το για περίπου 2 λεπτά από την κάθε πλευρά.
5. Μετέφερε τα σε ένα πιάτο βάλε από πάνω τα υπόλοιπα υλικά που ανακάτεψες προηγουμένως στο μπολ και ρίξε λίγο ελαιόλαδο από πάνω.
6. Μέσα σε 15 λεπτά έχεις έτοιμο ένα λαχταριστό, νόστιμο, χορταστικό και δροσερό φαγητό με άρωμα Ελλάδας!

Καλή σου όρεξη!

Πηγή: joytv.gr