

Poulet Fajitas

Nombre de personnes: 2

Temps de préparation: 30 minutes

Marinade : 12 heures

Ingrédients:

- 450 g d'escalopes de poulet
- ½ c à café de curry
- ¼ c à café de cumin
- ¼ c à café de coriandre
- ½ c à café de Chili en poudre
- 2 gousses d'ail
- 6 c à soupe d'huile d'olive
- 1 poivron vert
- 1 poivron rouge
- 1 oignon
- Sel
- Poivre

Recette:

- La veille : détaillez les escalopes de poulet en fines lamelles. Versez-les dans un saladier avec les épices, l'huile et l'ail pressé. Mélangez et laissez mariner 12 heures au réfrigérateur.
- Le lendemain, lavez et coupez les poivrons en fines lamelles.
- Pelez et hachez l'oignon.
- Dans une sauteuse, faites chauffer de l'huile et faites-y revenir les oignons et les poivrons.
- Poursuivez la cuisson environ 5-7 minutes.
- Ajoutez-y les lanières de poulet et faites cuire 10 minutes, le temps qu'elles soient bien dorées et bien cuites.

Remarque:

Ce plat peut être accompagné avec une sauce à l'avocat (frais) – recette DI-043