

Salade de dés de poulet

Nombre de personnes : 2

Temps de préparation : 20 minutes

Ingrédients :

- 300 g de blanc de poulet
- Un assortiment de salade
- 50 g de champignons de Paris émincés
- Le jus d'½ citron
- Quelques rondelles de concombre
- 1 tomate
- 1 échalote
- Beurre

Sauce :

- 2 c à s de mayonnaise
- 1 c à c de moutarde
- 2 c à s de vinaigre
- 3 c à s d'huile d'olive
- Sel
- Poivre

Recette :

- Préparez la sauce en mélangeant tous les ingrédients. Bien remuez à la fourchette pour obtenir une sauce onctueuse et légère.
- Dans une poêle légèrement beurrée, faites cuire les blancs de poulet émincés en petits dés de 1 cm³.
- Citronnez les champignons émincés.
- Sur les assiettes, disposez la salade, quelques rondelles de concombre, ½ tomate par personne coupée en morceaux, les champignons émincés ainsi que l'échalote émincée.
- Lorsque le poulet est cuit, disposez-le au centre de chaque assiette.
- Arrosez le tout de 2 c à s de sauce préalablement préparée.
- Servez aussitôt avec un morceau de pain grillé.