

Pitas au Poulet

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 30 minutes

Ingrédients:

- 8 pains pita
- 550 à 600 g de blancs de poulet
- ½ poivron rouge
- 3 tomates
- 1 petite courgette
- 1 salade de chêne
- 175 g de yaourt nature
- ½ c à soupe de vinaigre
- 1 c à soupe de curry
- 1 échalotes
- 2 c à soupe de coriandre frais ciselé
- Sel
- Poivre

Recette:

- Mélangez la coriandre avec le yaourt et le curry. Ajoutez sel, poivre et ½ c à soupe de vinaigre. Réservez au frais.
- Découpez les blancs de poulet en dés et faites-les revenir à la poêle. Salez et poivrez.
- Pelez et découpez le poivron, la courgette et les tomates épépinées en petits dés (3 mm sur 3 mm).
- Poêlez-les dans une poêle huilée bien chaude. Salez et poivrez.
- Chauffez les pitas au grille-pain, découpez le haut des pitas et garnissez de tous les ingrédients (poulet, légumes et sauce curry).
- Servez accompagné d'un salade mayonnaise avec une échalote.