

Plancha de Poulet, Chorizo et Courgettes

Nombre de personnes: 4

Temps de préparation: 1 heure

Ingrédients:

- Blancs de Poulet	4
- Paprika	
- Courgettes	2-3
- Ail en Poudre	
- Oignons Rouges	½
- Chorizo	100g
- Huile d'Olive	
- Sel	
- Poivre	



Recette:

- Coupez le poulet en dés et saupoudrez-les de paprika. Arrosez d'huile puis salez et poivrez. Mélangez le tout. Réservez au frais.
- Coupez les courgettes en dés, arrosez-les d'huile et saupoudrez d'ail. Salez et poivrez. Réservez au frais.
- Emincez l'oignon rouge en fines lamelles.
- Coupez le chorizo en demie-rondelles.
- Préchauffez la plancha puis ajoutez un peu d'huile.
- Commencez par cuire les légumes : courgettes et oignons.
- Poursuivez en saisissant les dés de volaille au paprika.
- Amalgamez le tout et réservez sur le côté.
- Grillez alors le chorizo quelques instants puis incorporez-les au reste.
- Réservez au chaud avant de servir.