

# SALADE COMPLÈTE AU POULET

Octobre 2009 (Actualisé en avril 2017)

## Ingrédients (2 personnes) :

- ★ 2 blancs de poulet grillé
- ★ 1 boîte 1/4 de maïs doux en grains
- ★ 1 batavia
- ★ 10 tomates cerise
- ★ 100 g de comté
- ★ 6 gressins
- ★ 10 noix sèches du Périgord
- ★ 100 g de mayonnaise

Ustensiles : Essoreuse à salade, Egouttoir

Préparation : 10 mn

Difficulté : Très facile

Coût (indicatif) : 5,90 € (Soit 2,95 € par personne)



## Recette :

Laver et essorer la salade. Égoutter le maïs. Laver les tomates cerise, les essuyer. Couper le comté en fines lamelles. Ouvrir les noix et extraire les cerneaux. Détailler les blancs de poulet en aiguillettes.

Tapisser chaque assiette de feuilles de salade et disposer par-dessus dans chacune la moitié des ingrédients : blanc de poulet, maïs, tomates cerise, lamelles de comté, 3 gressins, cerneaux de noix et mayonnaise.

## Boisson :

Un Beaujolais Village servi à 14°C. (\*)

(\*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.