



# Poulet mariné au yaourt & sauce au yaourt

 **Temps de préparation**  
> 1h

 **Difficulté**  
Facile



# Ingrédients

## **Pour le poulet :**

4 filets de poulet  
200 grammes de yaourt entier  
1 cuillerée à thé de paprika fumé  
1 citron (le jus)  
sel et poivre

## **Pour la sauce au yaourt :**

200 grammes de yaourt grec entier  
1 bouquet de persil plat (ciselé)  
2 gousses d'ail (pressées)  
1 citron vert (le jus)  
1 cuillerée à thé de cumin en poudre  
sel et poivre

# Méthode de préparation

- 1.** Coupez les filets de poulet en morceaux et, dans un récipient, mélangez-les avec le yaourt, le paprika, le jus de citron, le sel et le poivre. Laissez mariner le poulet au réfrigérateur pendant au moins 1 heure et maximum 6 heures.
- 2.** Séchez-le et grillez-le au barbecue.
- 3.** Mélangez tous les ingrédients pour la sauce au yaourt dans un bol. Servez-la avec le poulet.