



Salade de poulet grillé à la grecque

Temps de préparation
30 min à 1h

DifficultéFacile



Ingrédients

- 1 laitue romaine
- 1 poivron jaune
- 1 oignon rouge
- 1 ravier tomates cerises
- 1 concombre
- 1 poignée d'olives noires
- 4 filets de poulet
- 1 cuillère à soupe paprika en poudre
- 1 cuillère à soupe d'oregano
- 2 cuillères à soupe de graines de sésame
- 1 citron (jus)
- huile d'olive
- sel et poivre

Méthode de préparation

- **1.** Lavez la salade et coupez les feuilles en lamelles.
- 2. Coupez le poivron jaune en petits dés.
- **3.** Émincez l'oignon rouge.
- 4. Coupez les tomates cerises en deux.
- **5.** Coupez le concombre en petits morceaux.
- 6. Mélangez tous les légumes avec les olives et ajoutez un filet d'huile d'olive.



7 Enduisez le poulet d'un mélange d'huile d'olive, de paprika en poudre, de poivre, de sel, d'origan et de jus de citron. Grillez les filets de poulet ou faites-les rôtir à la poêle. Laissez-les ensuite reposer pendant 15 minutes. Coupez-les en lamelles et servez celles-ci avec la salade. Garnissez de graines de sésame.