



Plat

TACOS AU POULET

Niveau : facile



Côté conserves

1 boîte de maïs (285g)

Chez l'épicier

12 galettes à tacos

1 avocat

2 grosses escalopes de poulet fermier

1 cœur de sucrine

½ poivron rouge

150 g de tomates cerises

1 petit oignon rouge

le jus d'un citron vert

sel, poivre, piment (selon goût)

huile d'olive

Préparation

- Coupez l'avocat et l'oignon en tranches fines, le poivron et les tomates en petits morceaux, hachez la salade et égouttez le maïs.
- Faites chauffer votre poêle avec de l'huile d'olive et faites cuire les escalopes avec le poivron, salez, poivrez, pimentez (selon goût).
- Retirez du feu et coupez le poulet en lamelles. Dans un grand saladier, mélangez tous les ingrédients, salez, poivrez, arrosez de jus de citron vert et d'un filet d'huile d'olive.
- Réchauffez les galettes à la poêle ou dans le four et garnissez-les avec la préparation.
- Dégustez aussitôt.

PDF

Recette HD
disponible sur demande

Disponible sur
App Store

ANDROID APP SUR
Google play

Pour plus de recettes,
téléchargez notre application «La Conserve»

f

Suivez nous
sur Facebook

LA CONSERVE

ELLE N'A PAS FINI DE VOUS ÉTONNER