

SALADE DE POULET GRILLE ET VINAIGRETTE FRUITEE



Pour 4 personnes

Ingrédients :

2 blancs de poulet

2 courgettes

2 pêches

1 pomme

100 g de feta

1 c à s de moutarde

4 c à s de vinaigre de cidre

6 c à s d'huile d'olive

Herbes de Provence

Emincer le poulet en fines lamelles et le faire griller sur une plancha huilée.

Emincer les courgettes en lamelles à l'aide d'un économiseur.

Peler une pêche puis la mixer avec la moutarde, le vinaigre et l'huile. Saler et poivrer et allonger la sauce avec un peu d'eau.

Verser la moitié de la vinaigrette sur les lamelles de courgettes, ajouter les herbes de Provence et mélanger. Saler et poivrer.

Couper la pêche restante et la pomme en fines lamelles. Les ajouter ainsi que le poulet et la feta aux courgettes. Verser le reste de vinaigrette. Mélanger. Servir frais.