



BROCHETTES DE POULET AUX LÉGUMES

INGRÉDIENTS

pièces de filet de poulet

g Poivron rouge

tacos coquille dure

g Un peu de sel de table

cuillère à café Origan séché

cuillères à café Olivenöl

cuillère à soupe de jus de citron

cuillères à soupe huile de friture

cuillères à soupe Sauce THOMY Sweet & Sour
au paprika

INSTRUCTIONS

Étape 1 Couper les blancs de poulet et les poivrons en morceaux d'env. 3 cm et les embrocher tour à tour.

Étape 2 Assaisonner de sel, de poivre et d'origan. Faire frire ou griller lentement des deux côtés pendant 6 à 8 minutes. Arroser les brochettes prêtes d'huile d'olive et de jus de citron.

Étape 3 Couper le pain pita dans le sens de la longueur en morceaux de 3-4 cm de large et les faire frire dans une poêle avec de l'huile d'olive jusqu'à ce qu'ils soient croustillants et dorés.

Étape 4 Servir avec de la sauce THOMY Sweet & Sour au paprika.