



**THOMY**

## UNE GARNITURE QUI ASSURE!

### INGRÉDIENTS

---

pièces de filet de poulet

---

tranches bretzels oblongs ou mini-baguettes

---

feuilles tiges de basilic

---

g d'épinards

---

pièce Mango

---

bouteille cuillère à soupe de jus de citron

---

cuillères à café Pfeffer

---

cuillères à café Olivenöl

---

bouteille huile de friture

---

pincée Un peu de sel de table

---

g Sauce THOMY Sweet & Sour au paprika

### INSTRUCTIONS

---

Étape 1 Découper soigneusement une poche dans les blancs de poulet et remplir chacune d'une tranche de pancetta et de 2 feuilles de basilic. Fermer l'ouverture à l'aide d'un cure-dent.

---

Étape 2 Faire revenir brièvement les deux côtés de la viande. Terminer ensuite la cuisson pendant 15 minutes dans le four préchauffé à 180 degrés.

---

Étape 3 Couper la mangue en fines lamelles à l'aide d'un économe et les mettre dans un bol avec les épinards. Ajouter le jus de citron, l'huile d'olive et le poivre rouge. Assaisonner de sel et de poivre, puis mélanger légèrement.

---

Étape 4 Couper les blancs de poulet, les disposer sur la salade de mangue et d'épinards et servir avec la sauce THOMY Sweet & Sour au paprika.