



Pour 4 personnes
Préparation : 20 min
Cuisson : 10 min

Salade de poulet au citron vert et aux piments



INGREDIENTS

250 ml d'eau
250 ml de bouillon de volaille dégraissé
340 g de filets de poulet
1 petite carotte
1 petit poivron rouge, en tranches fines
1/2 chou chinois, émincé
2 oignons de printemps, finement hachés
60 g de germes de soja
40 g de feuilles de coriandre fraîche
100 g de feuilles de cresson

Sauce au citron vert et aux piments

60 ml de jus de citron vert
2 cuil. à soupe de sauce aux piments doux
1 gousse d'ail, pilée
1 cuil. à soupe de sauce aux huîtres
1 cuil. à café d'huile de sésame

Portez l'eau et le bouillon à ébullition dans une casserole. Baissez le feu, ajoutez le poulet et laissez mijoter 10 min, jusqu'à ce qu'il soit cuit. Laissez-le refroidir dans le liquide de cuisson avant de l'égoutter. Jetez le liquide de cuisson ; détaillez le poulet en tranches fines.

Détaillez la carotte en allumettes, puis mélangez-la dans un saladier avec le poulet, le poivron, le chou, l'oignon, les germes de soja, la coriandre et le cresson. Versez la sauce au citron vert et aux piments. Remuez délicatement.

Sauce au citron vert et aux piments : Mélangez les ingrédients dans un bocal à couvercle hermétique ; secouez bien

