

# les recettes d'Alice

## Salade de poulet au citron



4 personnes



Traditionnel



Plat annuel



Economique



20 minutes



10 minutes



facile

### Ingrédients

3 blancs de poulet  
90 gr d'amandes effilées  
2 citrons  
50 gr de coriandre frais  
3 c à s d'huile d'olive

30 gr de menthe  
1 c à c de cumin  
60 gr de raisins secs

### Matériel nécessaire

1 mortier 1 presse agrume

### Préparation et réalisation

1- Dans une casserole faire chauffer de l'eau et ajouter le jus d'un citron, du sel. Lorsque l'eau est à ébullition y plonger les blancs de poulet, attendre la reprise de l'ébullition, couvrir et retirer du feu, attendre 30 min.

2- Emincer la menthe et la coriandre.

3- Découper les blancs de poulet en lamelles, les mettre dans un saladier. Ajouter l'huile, le cumin réduit en poudre, le jus d'un citron, les amandes, les raisins, les herbes, assaisonner et mélanger.

### Conseils et astuces

On peut ajouter a cette recette des citrons marinés

Alice Délice

