

## Pains pitas au poulet et petite salade



Préparation : 15 mn

Cuisson : 12 mn

Les ingrédients pour 4 personnes :

4 pains pitas  
2 blancs de poulet  
6 feuilles de salade  
10 tomates cerise  
1 oignon rouge  
200 g de fromage ail et fines herbes  
3 c à s d'huile d'olive  
Ketchup  
Sel et poivre

Assaisonner les blancs de poulet et les cuire à la poêle dans 1 c à s d'huile. Les couper ensuite en tranches fines. Couper les feuilles de salade lavées et essorées en chiffonnade et couper les tomates en 2. Peler et émincer l'oignon rouge.

Tiédifier les pains pitas et les ouvrir dans l'épaisseur en portefeuille ( en les tiédissant ils seront plus facile à ouvrir ). Les tartiner de fromage ail et fines herbes, et les garnir de salade, tomates cerise, poulet et oignon rouge. Arroser la garniture d'huile d'olive et éventuellement d'une pointe de ketchup.

Vin conseillé : un Bordeaux Clairet

Péché de gourmandise

<http://pechedegourmand.canalblog.com>