



Poulet shish-taouk

TEMPS DE PRÉPARATION

Difficulté : Facile

Pour 4 pers.

Préparation | 30 min

Cuisson | 30 min

Repos | 1 nuit au frais

INGRÉDIENTS

- 800 g de poitrine de poulet
- 4 pains pita
- 4 gousses d'ail hachées finement
- 125 ml de yaourt à la grecque
- 60 ml de jus de citron
- 3 cuil à soupe d'huile d'olive
- 2 cuil à soupe d'origan haché
- 1 cuil à thé de cumin
- 0.5 cuil à thé de cannelle
- 60 ml d'huile d'olive
- 60 ml d'huile de tournesol
- 30 ml de vinaigre blanc
- 2 gousses d'ail hachées
- 10 ml de sumac
- 0.5 botte de persil haché
- 2 cuil à soupe de coriandre fraîche
- 2 cuil à soupe d'origan
- 5 ml de miel
- Houmous
- Tomates cerise
- Laitue
- Olives
- Concombre
- Oignon rouge
- Persil frais
- Sel, poivre

Poulet shish-taouk

4 gousses d'ail hachées finement- 125 ml de yaourt à la grecque- 60 ml de jus de citron- 3 cuil à soupe d'huile d'olive

2 cuil à soupe d'origan haché- 1 cuil à thé de cumin- ½ cuil à thé de cannelle- Sel, poivre

Dans un bol, mélangez les ingrédients pour la marinade.

Ajoutez votre poulet que vous aurez coupé en gros cube au préalable.

Bien mélanger, couvrir et laisser reposer au frais pendant toute une nuit.

Le lendemain, piquez vos morceaux de poulet sur des pics à brochette puis les faire griller au barbecue 5 à 6 min de chaque côté ou four position grill à 220°C pendant 15 min d'un côté puis 15 min de l'autre.

Vinaigrette à l'ail et aux herbes fraîches

60 ml d'huile d'olive- 60 ml d'huile classique- 30 ml de vinaigre blanc- 2 gousses d'ail hachées- 10 ml de sumac

½ tasse de persil haché- 2 cuil à soupe de coriandre fraîche- 2 cuil à soupe d'origan- 5 ml de miel

Mélangez tous les ingrédients et réserver au frais.

Dressage de l'assiette

Dans des assiettes, répartir le riz aux vermicelles (recette ICI) pour former une base.

Puis déposez le poulet shish-taouk sur un côté du riz.

De l'autre côté, déposez harmonieusement les tomates, le concombre coupé en rondelles, l'oignon rouge, la laitue ciselée, le persil frais, les olives et le houmous.

Servir accompagné de pain pita et de vinaigrette à l'ail et aux herbes fraîches.