



FAJITAS AU POULET

INGREDIENTS POUR 4 PERSONNES

4cc d'épices mexicaines
400g de filets de poulet
2 avocats
1 oignon rouge
1 bouquet de coriandre
1 citron vert
2 yaourts à la grecque
2cc de moutarde
2CS d'huile d'olive
4cc de paprika fumé
2 carottes
1/4 de chou rouge
8 tortillas de blé

Faire chauffer 1 filet d'huile d'olive dans une poêle, ajouter les épices mexicaines et les filets de poulet émincés. Faire cuire 5 min à feu moyen en remuant.

Couper les avocats en lamelles. Émincer l'oignon rouge. Effeuille le bouquet de coriandre. Couper le citron vert en quartiers.

Dans un bol, mélanger les yaourts à la grecque, la moutarde, l'huile d'olive et le paprika fumé. Saler et poivrer.

Râper les carottes et le chou rouge. Faire réchauffer les tortillas au four dans de l'alu.

Étaler une tortilla, disposer dessus un peu de tout, ajouter du cheddar râpé et déguster.