

SALADE POULET-ABRICOT SEC-CURRY

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min

Cuisson : 40 min



4 blancs de poulet
10 abricots secs mais moelleux
2 branches de céleri
3-4 ciboules ou 2 cives
1 poignée de pignons
coriandre fraîche
2 cuillères à soupe de mayonnaise
2 cuillères à soupe d'huile d'olive
2 cuillères à soupe de Melfor*
1 petite cuillère à café de curry en poudre
sel
poivre Saveur Ducros

- 1 Porter à ébullition une casserole d'eau salée, ôter du feu et y plonger les blancs de poulet. Laisser "cuire" pendant 40 min.
- 2 Couper les abricots en fines lamelles. Réserver.
- 3 Couper le céleri branche en tranches fines et la ciboule (ou cive) en fines rondelles. Réserver.
- 4 Faire griller à sec les pignons. Réserver.
- 5 Dans un bol, mélanger mayonnaise, curry, sel, poivre, Melfor et huile d'olive.
- 6 Quand le poulet est cuit, l'émincer en fines tranches.
- 7 Dans un grand saladier, mélanger tranches et rondelles de poulet, abricot, céleri, ciboule (ou cive). Parsemer de pignons et de coriandre ciselée.
- 8 Mettre dans un panier, voyager ... jusqu'à une belle pelouse ...
- 9 Déguster !