

Salade César

Ingrédients Pour la salade : pour 4 personnes

Laitue iceberg ou romaine

2 blancs de poulet

2 tranches de pain de mie

Huile d'olive

Pour la sauce César :

6 cuillères à soupe de mayonnaise type Kraft

1 cuillère à soupe de lait

1 cuillère à soupe de jus de citron

1 cuillère à soupe de parmesan râpé fin

1 cuillère à café de moutarde de Dijon

1 gousse d'ail hachée

Sel poivre

Préparation :

1) Une heure avant le repas, mélanger tous les ingrédients de la sauce. Filmer et laisser reposer 1 heure au réfrigérateur.

2) Couper les tranches de pain en cubes. Faire revenir les croûtons dans un filet d'huile d'olive pendant 2 minutes et laisser refroidir.

3) Couper le poulet en petits morceaux et faire cuire dans une poêle antiadhésive sans matière grasse. Faire dorer et laisser refroidir.

4) Déchirer la salade en petits morceaux.

Pour finir

Dresser dans l'ordre salade, poulet, croûtons et sauce César.

