



4 pers.



Préparation

FAJITAS

au poulet et Friseline



Ingrédients

- 3 Friseline
- 4 fajitas
- Guacamole
- Crème liquide
- 4 blancs de volaille
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 oignon
- Huile d'olive
- Huile d'arachide
- Beurre
- Sel, poivre



Les légumes

1. Pelez, épépinez et taillez les poivrons en fines lamelles puis émincez l'oignon.
2. Faites suer séparément les oignons et les poivrons à l'huile d'olive. Assaisonnez.
3. Emincez les blancs de volaille et faites-les cuire à l'huile d'arachide et au beurre.

Les fajitas

1. Fouettez la crème liquide.
2. Déposez sur chaque fajita une cuillère à soupe de crème fouettée et 2 cuillères à soupe de guacamole.
3. Répartissez les poivrons, les oignons et les blancs de volaille émincés.
4. Ajoutez les feuilles de Friseline.



L'astuce
du Chef

Vous pouvez réchauffer les fajitas avant dégustation !

