



Les plats principaux

Wok de salade iceberg avec lamelles de poulet et riz au citron vert

Pour 4 personnes.

Ingrédients

400 grammes de salade iceberg (coupée finement)
8 cuillères à soupe de sauce d'huître
2 citrons verts (le zeste et le jus)
600 grammes poulet (lamelles)
coriandre (fraîche)
350 grammes riz
huile d'arachide

Méthode de préparation

Cuisez le riz en suivant les indications de l'emballage.

Chauffez un peu d'huile d'arachide dans une poêle wok et rôtissez-y les lamelles de poulet.

Quand le poulet est prêt, ajoutez la salade iceberg et cuisez brièvement pour qu'elle reste croquante.

Déglacez le wok avec la sauce d'huître et mélangez le riz avec le jus et le zeste de citron.

Versez le tout dans une assiette profonde et servez avec de la coriandre fraîche.

