



Les plats principaux

Plat grec avec brochettes de poulet, salade fraîche et frites

Pour 4 personnes.

Ingrédients

4 brochettes de poulet
1 kilogramme de frites
1 citron
100 grammes tzatziki
100 grammes de feta
poivre
sel

Pour la marinade :

2 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 oignon rouge (en anneaux)
2 gousses d'ail (pressée)
2 cuillères à soupe d'oregano (séché)

Pour la salade :

1 salade iceberg (coupée finement)
2 tomates (en cubes)
1 oignon rouge (en anneaux)
1/2 concombre (en lunes)
1 poignée d'olive
huile d'olive

Méthode de préparation

Marinez les brochettes de poulet dans les ingrédients pour la marinade et laissez reposer au moins une demi-heure au frigo.

Rôtissez bien les brochettes de poulet avec l'oignon dans une poêle bouillante avec de l'huile d'olive. Pressez un demi-citron par-dessus quand elles sont presque cuites.

Entretemps cuisez les frites comme indiqué sur l'emballage.

Préparez aussi la salade. Dans un plat mélangez la salade iceberg, les tomates, l'oignon, le concombre et les olives. Aspergez d'huile d'olive et le jus de ½ citron puis salez et poivrez.

Dressez votre assiette et en dernier émiettez la feta sur les portions. Parachevez avec un tour de moulin à poivre ou un peu de fines herbes fraîches.

