

Salade César

Ingrédients pour 4 personnes

- 200g de pain
- 4 oeufs
- 600g de blancs de poulet
- 1 laitue
- quelques tomates cerises
- copeaux de parmesan
- Sauce : 200g de fromage blanc, 100g de parmesan, 1 gousse d'ail, sel, poivre



Préparation

- Préparer les croûtons : préchauffer le four à 180°C chaleur tournante
- Couper le pain en petits cubes puis le disposer sur une plaque de cuisson
- Badigeonner d'un peu d'huile d'olive et d'herbes de Provence puis mélanger bien mélanger
- Enfourner 10 minutes et remuer de temps en temps
- Dans une casserole, porter de l'eau à ébullition et cuire les œufs 10 minutes
- Une fois cuit, les plonger dans l'eau froide puis les écaler
- Cuire les blancs de poulet dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, saler poivrer puis réserver au frais une fois cuit
- Laver et essorer la salade, couper les tomates cerises en deux et les œufs en quatre
- Pour la sauce : mélanger tous les ingrédients (si le parmesan est entier, mixer le tout) puis réserver au frais
- Dans chaque assiette disposer en premier les feuilles de laitue, puis répartir les légumes, le poulet et l'équivalent d'un œuf chacun
- Disposer les croûtons et les copeaux de parmesan puis napper de sauce
- Régalez vous !