

POUR 2 PERSONNES

# POULET FUMÉ AUX ÉPINARDS ET AUX AMANDES



Temps estimé : 30 min (30 min prépa)

INGRÉDIENTS :

- 175 g de filets de poulet fumé, coupés en tranches fines
- 1 branche de céleri parée et émincée
- 1 petite tomate coupée en quatre et épépinée
- 50 g de pousses d'épinards
- 2 œufs durs, coupés en quatre
- 1 ciboule émincée
- 35 g d'amandes effilées, grillées

Mayonnaise au cumin:

- 1 cuil. à café de graines de cumin grillées
- 75 g de mayonnaise allégée
- 30 ml de jus de citron

PRÉPARATION :

Préparez la mayonnaise au cumin : A l'aide d'un mortier et d'un pilon, broyez finement les graines de cumin. Dans un bol, mélangez les graines broyées avec la mayonnaise et le jus de citron. Dans un grand saladier, mélangez ensemble le poulet, le céleri, les tomates, les épinards, les œufs, la ciboule et les amandes.

Répartissez cette salade sur les assiettes et arrosez de mayonnaise au cumin.

BON APPETIT LES CHATS !