

# Cingfourchettes Tirée de mon livre : Salade de pâtes César au poulet

RECETTES - RENTRÉE SCOLAIRE - REPAS - SALADES - VOLAILLES



NOMBRE DE PORTION: 4

TEMPS DE PRÉPARATION:

15 MIN

TEMPS DE CUISSON:

21 MIN

#### TEMPS DE REPOS:

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

## **Ingrédients**

- 4 tasses de penne, cuits
- 1 c. table d'huile végétale
- 2 poitrines de poulet
- Sel et poivre
- 2 tasses de salade romaine, déchiquetée
- ¾ tasse de bacon, cuit et émietté
- ½ tasse de parmesan, râpé
- ½ tasse de sauce César du commerce ou maison
- 1 tasse de crouton

### Sauce sans œufs:

- 1. 1/3 tasse d'huile d'olive
- 2. 3 c. à soupe de jus de citron
- 3. 1 petit ail, haché
- 4. 2 c. à thé de persil plat, émincé
- 5. 1 1/2 c. à table de ketchup
- 6. Le zeste d'un citron
- 7. 1 c. à table de fromage parmesan frais
- 8. 1/4 c. à thé de sel
- 9. Poivre au goût

## **Préparation**

- 1. Préchauffer le four à 350 F.
- 2. Dans un gros chaudron, faire cuire les pâtes selon les instructions sur la boite. Elles doivent être cuites Al Dente. Égoutter et réserver.
- 3. Dans un poêlon, faire chauffer l'huile à feu moyen vif.
- 4. Saler et poivrer les poitrines de poulet.
- 5. Faire griller les poitrines de poulet 3 minutes de chaque côté.
- 6. Mettre les poitrines dans un plat allant au four recouvert de papier d'aluminium et cuire 15 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient totalement cuites.
- 7. Dans un poêlon, faire cuire le bacon. Réserver.
- 8. Pendant ce temps, mettre tous les ingrédients de la vinaigrette dans un pot Masson. Refermer le pot et bien brasser.
- 9. Lorsque les poitrines sont cuites, les couper en dés.
- 10. Dans un grand saladier, mettre tous les ingrédients sauf les croûtons. Mélanger.
- 11. Au moment de manger la salade, ajoutez les croûtons.