



Salade César au poulet grillé

[RECETTES](#) - [REPAS](#) - [SALADES](#) - [VOLAILLES](#)



NOMBRE DE PORTION : 4-6

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MIN

TEMPS DE CUISSON : 35-50 MIN

TEMPS DE REPOS : 1H

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 2 grosses poitrines de poulet sans os et sans peau
 - 4 petites poitrines de poulet sans os et sans peau
- 1 tasse divisée de **sauce César maison** ou du commerce
- 6-8 tranches de bacon, cuites et coupées en petits morceaux
 - une tasse de cubes de pancetta, cuits
- 1 laitue romaine, lavée et coupée en morceaux
- 2 oignons verts, ciselés
- **Croûtons maison** ou du commerce au goût
- 1/2 tasse de parmesan, râpé
- Quartiers de citron
- Sel et poivre

Préparation

1. Laisser mariner les poitrines de poulet dans 1/2 tasse de sauce César pendant 1h00.
2. Pendant ce temps, cuire le bacon. Préchauffer le air fryer à 350 F à la fonction air fry. Après, 3-4 minutes de préchauffage, déposer les tranches de bacon dans le panier sans qu'elles se superposent. Cuire de 10 à 15 minutes selon l'épaisseur du bacon. Une fois cuit, couper le bacon en morceaux. Réserver.
3. Déchiqueter la laitue et ciseler l'oignon vert. Réserver.
4. Préparer les croûtons si vous les cuisinez maison (**recette ici**).
5. Préchauffer le air fryer à 350 F, à la fonction air fry. Cuire les poitrines de poulet pendant 20 à 25 minutes selon l'épaisseur de ces dernières jusqu'à ce que la température interne atteigne 165 F.

6. Dans un grand bol, déposer la laitue coupée, les oignons verts, le bacon, le parmesan et le reste de la sauce César. Bien brasser.
7. Saler et poivrer au goût.
8. Couper en lanières les poitrines de poulet.
9. Dans 4 assiettes ou grands bols, déposer la salade.
10. Déposer des lanières de poulet.
11. Arroser au goût de jus de citron frais.