Poulet grillé et sa relish du jardin

30 MIN. ET MOINS – ACCOMPAGNEMENTS – RECETTES – REPAS – SAUCES ET CONDIMENTS – VOLAILLES

NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION : 10 MIN

TEMPS DE CUISSON :

12 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 4 poitrines de poulet désossées coupées en morceaux de 2 pouces
- 2 tasses de tomates cerises ou italiennes coupées en dés
- 1 piment jalapeno, les pépins enlevés, émincé
- 1 tasse de poivrons de couleur (j'ai utilisé des jaunes et des rouges) coupés en petits dés
- 1 tasse de pois mange-tout cuits
- 2 échalotes finement tranchées
- 2 c. à table de jus de lime
- 1 c. à table de coriandre fraîche tranchée finement
- 1/2 c, à thé de sel
- 1 c. à table d'huile d'olive
- 1 c. à thé de cumin moulu

Préparation

1. Mélanger les tomates, le piment jalapeno, les poivrons, les pois mange-tout, les échalotes, le jus de lime, la coriandre et 1/4 c. à thé de sel. Garder de côté.
2. Faire chauffer l'huile dans une poêle à feu moyen-vif. Y faire revenir le poulet. Bien assaisonner de sel et de cumin.

3. Servir le poulet avec la relish sur un lit de riz ou de nouilles de riz.