



Pita au poulet à la grecque!

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



NOMBRE DE PORTION : 6

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MIN

TEMPS DE CUISSON : 20 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

Ingrédients nécessaires pour la sauce tzatziki

- 1 tasse de crème sûre
- 1 concombre anglais épluché et épépiné
- 1 gousse d'ail
- 1 dizaine de feuilles de menthe fraîche
- Le jus 1/2 citron
- Sel et Poivre

Ingrédients pour la mise en place du sandwich

- Tomates coupées en dés
- Lanières de poulet grillées
- 1/2 oignon rouge tranché
- Pains pita

Préparation

1. Faire griller 2-3 poitrines de poulet au BBQ. (Ici j'ai utilisé mon OptiGrill : je l'adore tellement, il me sauve la vie en ce moment!)
2. Pendant ce temps préparer la sauce.

3. Couper le concombre en petits cubes fins.
4. Hacher finement l'ail et la menthe.
5. Presser un demi-citron ou plus selon votre goût.
6. Mélanger tous les ingrédients ensemble. Saler, poivrer.
7. Idéalement, laisser reposer au frigo quelques heures, mais la sauce sera bonne même si elle n'a pas reposé.
8. Monter votre sandwich en y déposant des tranches de poulet, des oignons rouges, des tomates en dés et beaucoup de sauce tzatziki sur un pain pita non ouvert. Rouler le pain et recouvrir de papier parchemin afin qu'il ne se déroule pas! Ça goûte le ciel !