

Ingrédients

1 lb de hauts de cuisses de poulet désossés et dégraissés
1 oignon jaune coupé en rondelles de 1 cm (½ pouce)
2 gousses d'ail broyées
Jus de 1 citron. Jus de 3 limes
4 c. à table d'huile d'olive
2 c. à table de moutarde de Dijon
Sel & poivre au goût
Pain pita
Mayonnaise au goût
Une ou deux tomates en dés
Laitue

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Nombre de portion : 4

Préparation

Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients.
Laisser mariner pendant au moins 2 heures au réfrigérateur.

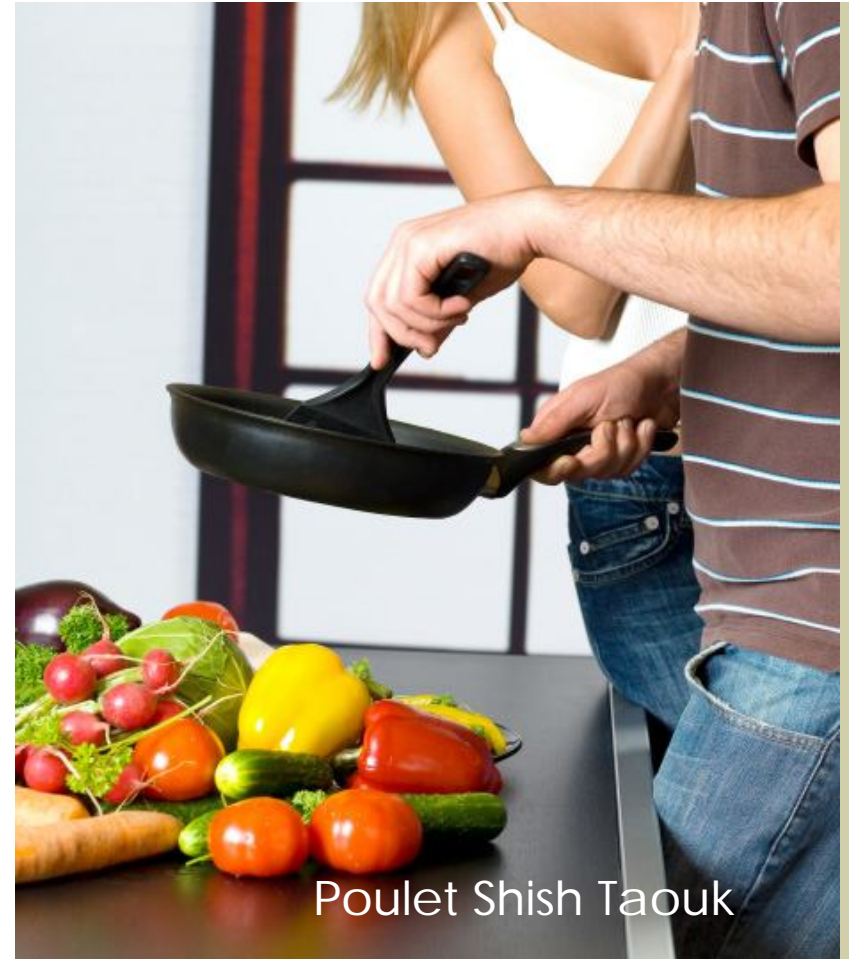
Préchauffer le barbecue à feu moyen pendant 5 minutes.

Déposer les morceaux sur la grille.
Cuire 10 minutes à feu moyen, poursuivre la cuisson 10 minutes à feu doux en retournant plusieurs fois les morceaux.

Garnir un pain pita du mélange de poulet, de laitue, tomates et mayonnaise.

Vous pouvez également recouvrir la moitié de votre sandwich de papier d'aluminium et le faire griller sur le barbecue jusqu'à ce qu'il soit croustillant.

Source : <http://www.recettes.qc.ca>



Poulet Shish Taouk

