

## *Salade de poulet aux kiwis et melon*

### Ingrédients

2 beaux blancs de poulet/dinde

1/2 melon

4 kiwis

Sauce au soja

graine de sésame

ciboulette

quelques feuilles de salade

*Pour la vinaigrette :*

Huile d'olive 4CS

Vinaigre de vin 3 CS

Miel 1 CC

Moutarde à l'ancienne 1 CC



*Cuisine d'ici et d'ailleurs*

Laver et préparer votre salade comme à votre habitude, Émincer la salade et déposez là dans des coupelles.  
Couper le kiwi en rondelles, le melon en cubes, et ajoutez à la salade. Réservez au frais .

Couper en lamelles les blancs de poulet, faites les cuire 10 mn dans un wok ou une poêle avec un filet d'huile d'olive et 1 cuillère à café de sauce au soja.

Prendre vos coupelles et y ajouter les blancs de poulet. Remettre au frais.

Préparer la sauce, mélanger tous les ingrédients : huile, vinaigre, moutarde et miel et émulsionner.

Au moment de servir, ajouter les graines de sésame, la ciboulette et la sauce.

Se déguste très frais