



DES DE POULET A LA SAUCE AU THON

330g filets de poulet - 1/2 verre de vin blanc sec - 1 sachet de bouillon de volaille Ariaké - 110g mayonnaise (plutôt maison) - 130g thon au naturel - 6 petits oignons croquants au vinaigre - QS poivre rose en grains -

Poser dans une casserole les filets de poulet pelés. Verser le vin blanc dessus + le sachet Ariaké. Recouvrir d'eau. Cuire 25 minutes. Egoutter le blanc de poulet, le laisser refroidir.

Préparer la mayonnaise. Mixer le thon avec la mayonnaise et les oignons. Couper le poulet en dés. Mélanger avec la sauce dans un saladier. Recouvrir de papier film (ou comme moi mettre dans une terrine) et entreposer au réfrigérateur (jusqu'au lendemain c'est encore mieux). A servir très frais.