

Blancs de poulet au barbecue  
Pour 2 personnes

2 blancs de poulet  
500g de tomates mures  
1 citron vert  
1 avocat  
2 c à s de persil  
1 c à c de curry  
1 c à c de sucre  
10 cl d'huile  
Sel et poivre



Préparer une marinade avec l'huile et le curry, mettre les blancs de poulet à mariner 1 heure au frais.

Peler, épépiner et concasser les tomates, ajouter l'échalote hachée, le sucre, sel et poivre, et mettre de coté.

Faire griller les blancs de poulet au barbecue 10mn environ.

Servir avec les tomates justes tiédies, des lamelles d'avocat citronnées, et des chips mexicaines, parsemé de persil ciselé.

