



## Salade au poulet et aux agrumes

Recette pour 2 personnes

### Ingrédients

- 1 blanc de poulet
- 1 cuillère à café de fleur de sel au piment d'Espelette
- 1 cuillère à soupe d'huile de tous les jours
- 4 cuillère à soupe d'huile d'olive Héritage fruité Vert
- 2 oranges
- 2 pamplemousses roses
- 1/2 salade roquette
- 2 cuillère à soupe de balsamique blanc à la mangue
- 1 cuillère à café de miel toutes fleurs
- Poivre Phu Quoc rouge

1. Saupoudrer le blanc de poulet avec la fleur de sel au piment d'Espelette.
2. Cuire à feu doux le poulet avec l'huile de tous les jours. Réserver.
3. Eplucher les oranges et les pamplemousses.
4. Ensuite, détailler les quartiers d'agrumes. Mettre dans un saladier.
5. Couper en petits dés les avocats et le blanc de poulet cuit, les rajouter avec les agrumes.
6. Ajouter la salade roquette et mélanger doucement. Réserver.
7. Préparer la vinaigrette avec l'huile héritage fruité vert, le balsamique blanc à la mangue et la fleur de sel au piment d'Espelette.

8. Verser la vinaigrette sur la salade.
9. Pour finir, assaisonner avec le poivre Timut et un léger filet de miel toutes fleurs.

Cette recette se réalise avec des produits Maison Brémond 1830, disponibles en ligne.