



Brochettes de poulet grillées à la libanaise

Temps de préparation

> 1h

Difficulté

Facile



Ingrediënten

600 grammes filets de poulet
2 citrons
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de cumin en poudre
1 cuillère à soupe de graines de sésame
1 cuillerée à thé de thym séché
sel et poivre
1 paquet de feta
1/2 concombre (en petits cubes)
1 bouquet de persil plat (ou de coriandre)

Bereidingswijze

- 1.** Coupez les blancs de poulet en longues lanières. Mettez-les dans un récipient et ajoutez le jus de citron, l'huile d'olive, le cumin en poudre, les graines de sésame, le thym séché, le sel et le poivre et mélangez. Laissez mariner pendant 30 minutes, puis enfiler les lanières de poulet sur des brochettes.
- 2.** Grillez-les des deux côtés au barbecue et dressez-les sur un plat.
- 3.** Garnissez-les de feta émiettée, de cubes de concombre et de persil plat ou de coriandre.