

CHEESE NAAN AU POULET ÉPICÉ



plat principal



10 unités



35 min



LES PRODUITS FLORETTE



Chou rouge émincé
500g



Rings oignon rouge
250g



Iceberg lanières
1kg



Ingrédients



- ✓ 200g Chou rouge émincé Florette
- ✓ 200g Iceberg lanières Florette
- ✓ 150g Rings d'oignons rouges Florette
- ✓ 800g Poulet émincé
- ✓ 200g Fromage râpé
- ✓ 150g Sauce blanche (yaourt, ail, citron)
- ✓ 120g Yaourt nature
- ✓ 25g Épices tandoori douces
- ✓ 15g Ail haché
- ✓ 15g Gingembre haché
- ✓ Huile neutre, Sel fin & Poivre du moulin



Préparation



1. Mélanger le poulet émincé avec le yaourt, les épices tandoori, l'ail et le gingembre, assaisonner légèrement, filmer et laisser mariner 30 min au froid positif (+3 °C).
2. Saisir ensuite le poulet à la plancha ou en sauteuse avec un filet d'huile, feu vif, 6 à 8 min, jusqu'à cuisson complète et légère coloration.
3. Assouplir les cheese-naans quelques secondes à la plancha ou au four tiède (160 à 170 °C) et étaler une fine couche de sauce blanche (15 g).
4. Ajouter successivement par naan : Iceberg lanières Florette (20 g), Chou rouge émincé Florette (20 g), Rings d'oignons rouges Florette (15 g), Poulet épicé chaud (80 g)
5. Parsemer de fromage râpé (20 g) et rouler fermement afin d'obtenir un cylindre régulier.



L'astuce du chef

L'ajout de fromage en finition améliore la cohésion de la garniture et la tenue à la dégustation.