BOX À LA GRECQUE & CHICK'N STYLE FILET PIECES

3 PORTIONS | 25 MIN | FACILE

INGRÉDIENTS

- 1 paquet de Chick'n Style Filet Pieces Garden Gourmet
- 1 càc d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail
- 1 bonne pincée d'herbes séchées mélangées
- 3 petits poivrons (mélange de couleurs)
- 150 g de laitue romaine
- 1 petit oignon rouge
- 1 petit concombre
- 1 citron
- 125 ml de yaourt végétalien
- 2 càs d'olives grecques mélangées
- 2 càs d'huile d'olive

Un délicieux piqe-nique avec une salade grecque accompagnée de nos Chick'n Style Filet Pieces Garden Gourmet.

PRÉPARATION

1. Cuire le quinoa

Faire cuire le quinoa selon les instructions sur l'emballage et le laisser refroidir.

2. Préparer les légumes

Coupe le concombre en quatre dans le sens de la longueur, coupe-le en fines tranches et mélange-le au yaourt. Assaisonner de citron, sel et poivre. Couper les poivrons en lanières et l'oignon en demi-rondelles.

3. Cuire l'émincés de filet

Faire chauffer 1 cuillère à café d'huile dans une poêle et faire revenir l'émincés de filet avec l'ail et les herbes séchées jusqu'à ce qu'ils soient dorés et chauds.

4. Assaisonner le mélange

Assaisonne la salade de quinoa avec du citron, de l'huile d'olive, du sel et du poivre et mélange-y les olives.

5. Monter la boîte à lunch

Répartir les poivrons avec les oignons dans un compartiment de votre lunchbox, mettre la salade de quinoa aux olives et l'émincés de filet sur de la laitue dans un autre espace. Verser le yaourt au concombre séparément dans un pot scellé et le tour est joué !

RETROUVE D'AUTRES RECETTES SUR GARDENGOURMET.BE/FR