

# SALADE CÉSAR: LA MEILLEURE RECETTE

**Par Armand**



## Ingrédients (pour 4 personnes):

- Laitue Iceberg ou Romaine.
- 2 blancs de poulet.
- 2 tranches de pain de mie.
- Huile d'olive.
- 6 cuillère à soupe de mayonnaise type kraft.
- 1 cuillère à soupe de lait.
- 1 cuillère à soupe de jus de citron.
- 1 cuillère à soupe de parmesan râpé fin.
- 1 cuillère à café de moutarde de Dijon.
- 1 gousse d'ail hachée.
- Sel.
- Poivre.

1°) **Une heure avant le repas:** mélangez dans un récipient la mayonnaise, le lait, le jus de citron, le parmesan râpé, la moutarde et la gousse d'ail hachée. Salez et poivrez selon votre convenance.

Filmez le tout et laissez reposer 60 minutes au réfrigérateur pour obtenir la sauce César.

2°) **Coupez** les tranches de pain de mie en cube. **Faire revenir** les croûtons dans un filet d'huile d'olive pendant 2 minutes et laissez refroidir.

3°) **Coupez** les blancs de poulet en petits morceaux et **faites-les cuire** dans une poêle anti-adhésive sans matière grasse. Faites-les dorer et laissez-les refroidir.

4°) **Déchirez** la laitue en petits morceaux.

5°) **Dressez dans l'ordre:** salade, poulet, croûtons et sauce César. À déguster en plat principal.