

# SALADE EPINARD POULET ET POMME

## Produits



Jeunes pousses  
d'épinard 300g  
Florette



Quartiers de  
pomme 300g  
Florette



Pickles de chou  
rouge 360g  
Florette

## Ingrédients :

- 2 sachets de jeunes pousses d'épinard Florette
- 10 escalopes de poulet pané
- 1 sachet de quartiers de pomme Florette
- ½ sachet de pickles de chou rouge Florette
- 200g de noix de cajou
- 400g de dés de bleu ou d'emmental
- Sauce yaourt ou vinaigrette au miel



Plat  
principal



10  
assiettes



10 min

## Les étapes de préparation :

- 1/ Faire cuire les escalopes de poulet pané dans une poêle durant 10 minutes en les retournant de temps en temps puis les découper en lamelles moyennes. (se référer aux préconisations de réchauffage de l'emballage du produit)
- 2/ Dresser dans un contenant les jeunes pousses d'épinard.
- 3/ Disposer en quinconce les quartiers de pomme et les morceaux d'escalopes de poulet pané sur les épinards.
- 4/ Ajouter les pickles de chou rouge, les noix de cajou et les dés de bleu ou d'emmental.
- 5/ Assaisonner avec une sauce au yaourt ou une vinaigrette au miel pour relever le tout !