



Fajitas de Poulet



Temps de préparation : 15 mn
Temps de cuisson : 30 mn
Temps Total : 1h15 mn

Difficulté : Facile

Budget : Faible

Ingrédients pour 4 personnes :

- > 1 paquet de 8 fajitas
- > 3 filets de poulet
- > 2 poivrons rouges
- > 2 poivrons verts
- > 2 oignons jaunes moyens
- > 1 verre à moutarde de vin rouge
- > 1 bouillon cube de bœuf
- > guacamole (voir la recette sur le site dans la rubrique « Apéro »)

Préparation du poulet :

Eplucher et émincer les oignons jaunes et les poivrons. Dans une sauteuse, faire revenir les oignons dans l'huile d'olive à feu moyen jusqu'à ce qu'ils aient une belle coloration blonde puis ajouter les poivrons, assaisonner à votre goût.

Laisser mijoter à feu doux à couvert et à feu doux pendant 15mn. Ajouter ensuite le vin rouge et le cube préalablement dissous dans 10cl d'eau chaude. Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 30 à 45mn afin que les légumes soient parfaitement fondants.

Pendant ce temps, émincer les filets de poulet.

Débarrasser la sauteuse de ses légumes, y rajouter un peu d'huile d'olive (sans l'avoir nettoyée) et faire dorer à feu vif le poulet émincé. Lorsque le poulet est bien doré et cuit, rajouter les légumes et finir la cuisson jusqu'à complète évaporation du jus.

L'objectif est d'obtenir une belle compotée de poulet et de légumes.

Au moment de servir, réchauffer les fajitas selon les instructions du fabricant. Garnir au à son goût (guacamole, crème fraîche, gruyère, ...).