

FICHE DE RECETTE

Katopaulo ISA Florenville

Type de recette	Sandwiche
Nombre de portions	1
Temps de préparation	
Temps de cuisson	
Temps de refroidissement	
Coût matières total (HT) :	
Coefficient multiplicateur :	
Prix / Portion (HT) :	

INGRÉDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ	PUHT	PTHT
Pain baguette	1	Pièce (150 Gr)		
Blanc de poulet	80	Gr		
Miel	1	Càc		
Huile d'olive	1	Càc		
Tartinade	75	Gr		
Laitue pommée	4	Feuilles		
Radis	2	Pièces		
TOTAL				

DESCRIPTION DE LA RECETTE

1. Mélanger le miel, l'huile et faire réduire le caramel à la poêle.
2. Faire dorer un côté du poulet dans une poêle bien chaude.
3. Continuer la cuisson de l'autre côté à basse température pour un poulet bien moelleux, avec les épices.
4. Couper le poulet en tranches de 0,5 cm, laquer avec le caramel, le jus de viande et le jus de citron et laisser refroidir (à température ambiante pour éviter que cela ne fige).
5. Couper le radis en fines tranches
6. Ouvrir le pain, étaler une couche du mélange à base de yaourt, ajouter les tranches de poulet, garnir de laitue pommée et de tranches de radis

