

Sandwich au poulet et légumes grillés

Ingrédients : (pour 4 sandwiches)

- 8 tranches fines de pain de campagne
- 2 blancs de poulet
- 1 poivron rouge épluché
- 1 courgette ronde de Nice
- 1 aubergine
- 1 branche de romarin
- 1 branche de thym
- 1 gousse d'ail
- Huile d'olive
- Une pincée d'épices poulet
- Sel, poivre
- Une pincée de piment d'Espelette
- 40 g de chèvre frais
- 1 trait de miel
- 1 c. à café de pignons de pin
- 1 bouquet de basilic frais
- 1 branche de persil



Pour réaliser le sandwich au poulet et légumes grillés :

- Commencez par éplucher le poivron, découpez-le puis découpez quelques tranches d'aubergine et de courgette, assaisonnez d'épices poulet et nappez les légumes d'huile d'olive. Faites-les griller et continuez la cuisson dans une casserole huilée, rajoutez du thym, du romarin, et une gousse d'ail.
- Après avoir fait griller le poulet, détaillez-le en lamelles.
- Dans un saladier, mélangez le chèvre, les pignons de pin, le miel, le basilic, le piment d'Espelette, la fleur de sel, le poivre puis délayez avec un peu d'huile.
- Tartinez une bonne tranche de pain avec le mélange de chèvre, les lamelles de poulet et les légumes grillés.
- Terminez par un peu de persil, de basilic et recouvrez d'une tranche de pain.

**Max
& VÉNUS**