

Recette : Salade de Pâtes au Poulet Gourmande

Informations pratiques

- Temps de préparation : 15 minutes
- Temps de cuisson : 10 minutes
- Nombre de portions : 4 personnes
- Difficulté : Facile

Ingrédients nécessaires

- 250g de pâtes courtes (fusilli, farfalle ou penne)
- 2 blancs de poulet cuits et émincés
- 150g de tomates cerises coupées en deux
- 1/2 concombre coupé en dés
- 100g de maïs doux égoutté
- 50g d'olives noires dénoyautées
- Quelques feuilles de basilic frais ciselées

Ingrédients pour la vinaigrette

- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique ou de jus de citron
- 1 cuillère à café de moutarde de Dijon
- Sel et poivre du moulin selon votre goût

Étapes de préparation

- Faites cuire les pâtes dans une grande casserole d'eau bouillante salée selon le temps indiqué sur le paquet.
- Égouttez les pâtes et passez-les sous l'eau froide pour stopper la cuisson, puis égouttez-les bien.
- Dans un grand saladier, mélangez les pâtes froides avec le poulet émincé, les tomates, le concombre, le maïs et les olives.
- Dans un petit bol, émulsionnez l'huile d'olive, le vinaigre, la moutarde, le sel et le poivre.
- Versez la vinaigrette sur la salade et mélangez délicatement pour bien enrober tous les ingrédients.

- Ajoutez le basilic frais ciselé juste avant de servir.
- Placez au réfrigérateur pendant 30 minutes pour une salade bien fraîche.

Conseils du chef

- Vous pouvez ajouter des copeaux de parmesan ou de la feta émiettée pour plus de gourmandise.
- Pour une version plus croquante, ajoutez quelques pignons de pin torréfiés.
- Cette salade se conserve parfaitement jusqu'à 48 heures au réfrigérateur dans une boîte hermétique.