

# Recette offerte par le CHATEAU DE ROLLAND

## Recette N° 15

### BROCHETTES DE POULET AU CITRON

#### Ingrédients pour 6 personnes :

- 4 blancs de poulet
- 2 citrons jaunes
- 2 c. à café de thym
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- sel, poivre
- 6 Brochettes



#### Préparation de la recette :

##### **A préparer de préférence la veille.**

**1** Coupez les filets de poulets en cube de 2 cm environ, lavez 1 citron et le coupez en 24 morceaux.

Montez les brochettes en alternant un morceau de poulet, un morceau de citron et ainsi de suite en fonction de la taille de votre brochette et les mettre dans le plat un creux assez grand pour contenir vos brochettes.

**2** Lavez et pressez le citron restant. Versez le jus de citron sur les brochettes, ajoutez le thym et l'huile d'olive. Retourner plusieurs fois les brochettes dans la marinade pour qu'elles s'en imprègnent bien.

**3** Couvrez le plat d'un papier film et laissez macérer au réfrigérateur jusqu'au lendemain. Retournez-les de temps en temps.

**3** Le lendemain faire cuire les brochettes 2 à 3 minute sur un grill chaud ou à la plancha ou au four, puis cuire encore 2-3 minutes l'autre coté. Salez et poivrez à votre convenance.

**4** Arroser les brochettes d'un peu de marinade. Servir avec un verre d'Idéal de Rolland.