

Fajitas au poulet et Friseline

Les légumes

- 1- Pelez, épépinez et taillez les poivrons en fines lamelles puis émincez l'oignon.
- 2- Faites suer séparément les oignons et les poivrons à l'huile d'olive. Assaisonnez.
- 3- Emincez les blancs de volaille et faites-les cuire à l'huile d'arachide et au beurre.

Les fajitas

- 1- Fouettez la crème liquide.
- 2- Déposez sur chaque fajita une cuillère à soupe de crème liquide fouettée et 2 cuillères à soupe de guacamole.
- 3- Répartissez les poivrons, les oignons et les blancs de volaille émincés.
- 4- Ajoutez les feuilles de Friseline.

Pour 4 personnes

- 3 Friseline
- 4 fajitas
- Guacamole
- Crème liquide
- 4 blancs de Volaille
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 1 oignon
- Huile d'olive
- Huile d'arachide
- Beurre
- Sel, poivre