ENTRE AMIS / EN FAMILLE

Fajitas à composer

poulet & poivrons

✦ ✦ ✦

TEMPS	PORTIONS	L'ATOUT
30 min	3	Chacun compose

👨‍👩‍👧 Famille ⚡ Express

Ingrédients

- Tortillas
- 300 g de poulet
- 2 poivrons
- 1 oignon
- Épices fajitas
- Yaourt grec, guacamole, salade
- Citron vert

Préparation

1. Saisis le poulet émincé avec les épices.
2. Ajoute les poivrons et l'oignon en lamelles, garde du croquant.
3. Dispose tout au centre de la table.
4. Chacun garnit sa tortilla avec yaourt, guacamole et salade.

POURQUOI ÇA MARCHE

Le repas convivial où chacun compose son assiette — et où tu maîtrises tout : poulet maigre, plein de poivrons, un yaourt grec à la place de la crème. L'ambiance mexicaine d'un soir entre amis, en version qui te laisse pile dans tes objectifs.