



Ingrédients: 1 avocat - des tomates cerise -2 ou 3 blancs de poulet - salade verte croquante - persil - thym frais - roquefort Papillon - (facultatif: oeufs durs - lardons)- 1 cuillère à soupe de moutarde -5 à 6 cuillères à soupe d' huile d'olive Papillon - 1 cuillère à soupe de vinaigre de vin blanc (j'ai mis du balsamique) - 1 gousse d'ail - sel et poivre - citron

Cuire les blancs de poulet quelques minutes de chaque côté au grill ou dans une poêle avec très peu de matière grasse. Réserver.

Couper l'avocat en dés et le citronner pour éviter qu'il ne noircisse. Assembler l'ensemble des ingrédients: la salade lavée, séchée et coupées en grosses lanières, les tomates cerise coupées en 4, les dés d'avocat, le roquefort émietté, le persil ciselé et les feuilles de thym frais. Préparer une vinaigrette avec la moutarde, l'huile d'olive, le vinaigre, la gousse d'ail écrasée au presse-ail, sel et poivre. Bien émulsionner et verser au moment de servir sur la salade.