



RECETTE AVEC



Source : Regal.fr



*Riz espagnol aux poivrons,
poulet et citron*



Préparation : 40 min
6 personnes
Cuisson : 45 min

Ingredients

- 300 g Riz
- 6 Blanc de poulet
- 1 Poivron rouge
- 2 Oignon rouge
- 2 Carotte
- 2 Citron bio
- 60 g Olive noire
- 20 cl Vin blanc sec
- Huile d'olive
- Quelques brins Persil
- Piment d'Espelette
- Sel et poivre



1

Commencez cette **recette de riz à l'espagnol aux poivrons, poulet et citron** en préchauffant le four à 180 °C (th. 6). Lavez le poivron, épépinez-le et coupez-le en lanières. Épluchez et coupez les carottes en rondelles. Pelez et détaillez les oignons en quartiers. Lavez et coupez les citrons en rondelles.

2

Assaisonnez **les blancs de poulet**, puis mettez-les dans un grand plat. Recouvrez-les des rondelles de citron. Ajoutez les légumes tout autour, assaisonnez-les. Arrosez d'un filet d'huile, versez le vin blanc dans le fond du plat. Enfournez pendant 30 min.

3

Pendant ce temps, **faites cuire le riz** à l'eau bouillante salée selon le temps indiqué sur le paquet. Égouttez. À l'issue de la cuisson du poulet, retirez-le du plat. Ajoutez à la place le riz, les olives, le persil ciselé, et quelques pincées de piment, puis mélangez. Remettez les morceaux de poulet sur le dessus et servez aussitôt.

