

## Pain pita au Brugge d'Or, filet de poulet et avocat

### Ingredienten:

- 1 pain pita
- 1/8 de concombre
- 1/4 d'avocat
- 1 tranche de blanc de poulet
- 1 tranche de Brugge d'Or
- une poignée de salade

### Pour la sauce à l'ail

- un brin de menthe
- 1 c à s de yaourt grec
- 1/2 gousse d'ail
- poivre et sel

### Préparation:

- Toastez le pain pita dans le grille-pain.
- Lavez le concombre et coupez le en rondelles.
- Pelez l'avocat et coupez-le en tranches.
- Préparez la sauce à l'ail: hachez finement les feuilles de menthe, pressez l'ail et mélangez au yaourt.
- Salez et poivrez.
- Ouvrez un côté du pain pita et badigeonnez l'intérieur de sauce à l'ail.
- Farcissez avec le blanc de poulet, le Brugge d'Or, le concombre, l'avocat et la salade.

1 personen

20 min

Lunch

0.5

---

**Source:** <https://www.bruggefromage.be/recettes/pain-pita-au-brugge-dor-filet-de-poulet-et-avocat>