

# Palets panés sur lit de mâche nantaise



Pour :  
4 personnes



Préparation :  
8 minutes



Cuisson :  
3,30 minutes



## PRÉPARATION

- Laver les carottes et les râper. Laver et essorer la mâche.
- Couper l'ananas en dés. Disposer la mâche sur chaque assiette.
- Parsemer de carotte râpée et de quelques dés d'ananas.
- Assaisonner avec la vinaigrette préalablement préparée.
- Réserver l'assiette au frais.
- Passer les palets panés à la friteuse 3 minutes 30, température 180°C.
- Déposer les palets panés sur un papier papier absorbant pour ôter l'excédent d'huile.
- Présenter 3 palets panés par assiette. Servir aussitôt.

## INGRÉDIENTS

- Palet de chèvre pané surgelé 40 g : 12
- Carottes : 2
- Mâche nantaise : 150 g
- Ananas frais : un quart
- Huile de colza
- Vinaigre de vin
- Sel, poivre

## PRODUIT UTILISÉ



Palet de chèvre pané