



## POULET BIO AU GINGEMBRE ET ÉPINARDS

Pour 2 personnes

### INGRÉDIENTS :

- 2 blancs de poulet bio
- 7 cm de gingembre
- 300 gr d'épinards
- 2 jeunes oignons finement hachés
- 3 gousses d'ail hachées
- 8 CS de sauce soja
- 5 CS de vinaigre balsamique



### PRÉPARATION :

Coupez le poulet en morceaux et faites le revenir à la poêle dans un filet d'huile d'olive.

Pendant ce temps, hachez le gingembre avec la peau.

Versez la sauce soja sur le poulet et ajoutez le gingembre puis l'ail.

Assaisonnez avec du poivre et pas de sel.

Dans une autre poêle, faites mijoter les épinards dans un peu d'huile, salez et poivrez.

Juste avant de servir, ajoutez le vinaigre au poulet et laissez réduire 1 minute, ou jusqu'à ce que la sauce devienne sirupeuse.

Décorez avec les oignons et servez.