

## **Pita roulé à la dinde fumée et concombre**

*4 portions*

### **Matériel nécessaire :**

- ❖ couteau d'office
- ❖ planche à découper
- ❖ passoire
- ❖ cul-de-poule
- ❖ cuillère à potage
- ❖ cuillère à mesurer
- ❖ tasse à mesurer
- ❖ papier-parchemin

### **Ingrédients :**

- ❖ 5 moitiés de pêches (dans leur jus sans sucre ajouté)
- ❖ 16 cerises au marasquin
- ❖ pains pita (ou tortilla)
- ❖ tranches de dinde fumée (200 g)
- ❖ 1/2 concombre
- ❖ 5 ml de gros sel de mer (ou sel fin de mer)
- ❖ 1/2 poivron rouge
- ❖ feuilles de laitue frisée verte
- ❖ 100 ml de fromage râpé (à votre goût)
- ❖ 60 ml de crème sûre
- ❖ Au goût curry

### **Méthode :**

#### **Couper le poivron rouge**

Laver le poivron rouge et le couper en 4. Enlever la queue et les graines puis couper les morceaux pour en faire de petits dés.

#### **Dégorger le concombre**

Couper le concombre en 2 sur le sens de la longueur. À l'aide d'une cuillère à potage, épépiner le concombre et le tailler en fines tranches. Déposer les tranches de concombre dans une passoire, répandre le gros sel dessus et laisser dégorger (éliminer une partie de l'eau du légume) pendant 20 minutes.

**Préparer la garniture**

Déposer la crème sûre dans un cul-de-poule, ajouter un peu de curry au goût (+ ou - 2 ml). Couper la dinde fumée en petits morceaux. Mettre la dinde fumée, les dés de poivron rouge et le fromage râpé dans le cul-de-poule, puis mélanger. Rincer le concombre à l'eau froide, bien l'égoutter et l'ajouter à la préparation. Mélanger à nouveau.

**Garnir les pains pitas**

Déposer un pain pita sur une feuille de papier-parchemin. Placer une feuille de laitue, puis le 1/4 de la garniture. Rouler le pain pita sur lui-même tout en l'enveloppant dans le papier-parchemin. Vriller les 2 côtés qui dépassent comme un bonbon. Répéter l'opération pour les 3 autres.

Servir aussitôt ou réserver au réfrigérateur. On peut chauffer le pain pita 30 secondes au micro-onde. C'est meilleur!