

POULET A L'EMINCÉ DE POIREAUX

Cours du 10 octobre 2018 – Intervenante Michèle Simon

Ingrédients pour 6 personnes

6 cuisses de poulet
250 g de poireaux
1 à 2 CS de farine
1 l de bouillon de volaille avec 2 cubes et le vert des poireaux
15 cl de crème
Beurre
Sel, poivre



Préparation

1. Préparer le bouillon de volaille avec les cubes et le vert des poireaux hachés
2. Dorer les cuisses de poulet à la poêle, réserver
3. Cuire doucement les poireaux émincés avec une noix de beurre, si besoin rajouter de l'eau
4. Ajouter la farine pour lier la sauce et laisser cuire quelques minutes ; disposer les cuisses de poulet
5. Mouiller avec le bouillon de volaille et cuire environ 30 mn en retournant le poulet à mi cuisson
6. Mettre de côté les cuisses de poulet dans un plat de service
7. Lier la sauce avec la crème et napper le poulet
8. Accompagnement : pâtes ou riz

