

# Poitrines de volaille farcies à la pomme et au miel

## Ingredients for 4 personnes

4 suprêmes de poulet (demi-poitrines, sans peau et désossées)  
60 ml de compote de pomme  
60 ml de farine  
2 oeufs  
180 ml de lait  
125 ml de chapelure  
30 ml de beurre  
30 ml d'huile  
150 ml de vin blanc  
1 échalote française, hachée  
45 ml de miel  
250 ml de fond brun ou de sauce demi-glacé (du commerce)  
10 ml de beurre ramolli  
10 ml de farine

Préparation: 20 min. Cuisson: 15 min

Préchauffer le four à 200° C T

Trancher partiellement les suprêmes sur l'épaisseur, puis les ouvrir à plat. Y étaler la compote de pommes. Refermer les suprêmes et les fariner légèrement.

Battre les œufs et le lait dans un bol et y tremper les suprêmes. Les passer dans la chapelure, puis les dorer à feu moyen, dans le beurre et l'huile, 5 minutes de chaque côté.

Poursuivre la cuisson au four, 7 minutes.

Dans une casserole, faire réduire du tiers le vin blanc, avec l'échalote et le miel.

Incorporer le fond brun et laisse réduire du quart.

Mélanger le beurre et la farine pour obtenir un beurre manié. Lier la sauce avec la beurre manié, en remuant constamment.

Laisser mijoter jusqu'à consistance' désirée. Saler et poivrer.

Published by: Kane@AmisGourmands.fr on 25/10/2008  
22:53