

Emincés de poulet vallée d'auge au blé

Ingrédients pour 4 personnes

- 4 escalopes de poulet
- 200 g blé
- 100 g beurre
- 150 g crème fraîche
- 4 pommes
- 1 jaune d'oeuf
- 1 pointe cannelle
- calvados

Coupez les escalopes en fines lamelles et faites les revenir dans 50 g de beurre à feu très doux pendant 15 minutes. Salez et poivrez, puis flamber au calvados. Retirez le poulet pour lier la crème fraîche avec le jaune d'oeuf. Coupez les pommes en quartiers et les faire dorer dans 50 g de beurre et parfumez-les avec une pointe de cannelle. Faites cuire le blé selon les indications figurant sur votre paquet, égouttez et poivrez.

Versez la sauce sur les lamelles de poulet, servez-les accompagnées du blé et des pommes cuites.

Classification: poulet (plat), facile (difficulté), 1/3 (toques)

Origine: erbly.com

Date: 21.03.2006

Enregistré par: démo