

Four vapeur ou cuit vapeur – Four multifonctions – Table de cuisson

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Filet de poulet farci au foie gras et morilles

Pour 6 personnes

Panier de courses

6 filets de poulet avec peau
6 escalopes de foie gras
50 g de morilles sèches
1 grosse échalote
1 demie boule de céleri rave
200 g de crème liquide
30 ml de vin blanc
1 noix de beurre
Sel / Poivre

Matériel

2 plaques à pâtisserie PerfectClean ou 2 moules à tarte
Papier sulfurisé
1 casserole
1 plat vapeur

Déroulé de la recette

Pour la volaille

Ôter la peau des filets de poulet.

Débarrasser les peaux des excédents de gras et les déposer étirées et bien à plat sur une feuille de papier sulfurisé posée sur une plaque à pâtisserie. Recouvrir d'une autre feuille de papier sulfurisé et poser la seconde plaque à pâtisserie dessus.

Dans un four multifonctions, enfourner à 160°C pendant une trentaine de minutes. La peau du poulet doit devenir croustillante et prendre une coloration blonde. En fonction de l'épaisseur de la peau de poulet, la cuisson peut être prolongée d'une dizaine de minutes.

Saler à la sortie du four et détailler en morceaux.

Ouvrir le filet de poulet *en portefeuille* et glisser une escalope de foie gras.

Saler, poivrer et refermer le filet de poulet en veillant à ce que le filet soit entièrement reconstitué (il faut emprisonner le foie gras à l'intérieur du filet de poulet).

Mettre dans un plat vapeur et cuire au four vapeur 100°C pendant 10 min. Sinon, cuire dans un cuit vapeur environ 10 min.

Pour la garniture

Réhydrater les morilles dans un petit bol d'eau tiède.

Eplucher le céleri rave et le détailler soit en palets de 2 cm d'épaisseur, soit en cubes.

Cuire au four vapeur 100°C – 12 min ou dans un cuit vapeur pendant la même durée.

Pour la sauce

Ciseler l'échalote et la faire suer avec le beurre dans une casserole.

Egoutter les morilles en gardant le jus. Rouler les morilles dans le beurre d'échalotes, *déglacer* avec le vin blanc jusqu'à réduction totale de celui-ci et ajouter la crème liquide. Rectifier l'assaisonnement.

Tailler la volaille, disposer harmonieusement les palets de céleris et les morilles et napper généreusement de sauce.

Le petit lexique

Ouvrir en portefeuille : fendre un aliment sur son épaisseur, en pratiquant une coupe qui ne le traverse pas complètement, de façon à pouvoir ensuite l'ouvrir comme un livre, ou portefeuille.

Déglacer : action de verser un mouillement plus ou moins acide et froid (vin, vinaigre, jus) dans un récipient afin de décoller les sucs des aliments adhérant à la paroi et de concentrer les goûts dans une sauce.

Astuces du Chef

Il est possible de rajouter un confit d'oignon à l'intérieur du poulet pour rajouter de la gourmandise.