

Four vapeur – Table de cuisson
Temps de préparation : 30 min
Temps de cuisson : 30 min

Filet de volaille farci aux champignons, crème ciboulette et légumes rôtis

Pour 6 personnes

Panier de courses

6 filets de poulet
200 g de champignons de Paris
1 grosse échalote
3 Kiri® ou 90 g de fromage frais
1 botte d'oignons nouveaux
3 pièces de sucrites
½ botte de ciboulette
200 g de crème liquide
Huile d'olive
Sel / Poivre

Matériel

6 emportes pièces rectangulaires ou une plaque à muffins ou mini cake en silicone ou à défaut film alimentaire
1 poêle
1 petite casserole

Déroulé de la recette

Pour la farce de champignons

Nettoyer les champignons, ôter les parties terreuses si nécessaire. Tailler ensuite les champignons en petits dés, réserver.

Ciseler l'échalote finement.

Dans une poêle chaude, suer l'échalote dans un filet d'huile d'olive, sans coloration et ajouter ensuite les dés de champignons. Saler et poivrer, laisser cuire 3 min puis débarrasser dans un bol et laisser refroidir.

Ajouter ensuite le Kiri®, rectifier l'assaisonnement et réserver.

Pour la ballotine

Tailler chaque filet de poulet en escalope fine en veillant à les garder en une pièce unique sans les percer.

Le principe de dressage est celui de la paupiette. L'utilisation d'un emporte-pièce permet un dressage moins conventionnel.

Graisser les emporte-pièces avec un filet d'huile d'olive, poser l'escalope de poulet et garnir de farce aux champignons.

Refermer l'escalope de façon à emprisonner la farce.

Sans emporte-pièce, déposer la garniture sur les escalopes de poulet et rouler en ballotine.

Cuire à la vapeur à 100°C – 100% d'humidité – 8 min.

Pour les garnitures

Dans une poêle, poêler ensemble les oignons nouveaux et les sucrites. Adapter le temps de cuisson en fonction de votre goût.

Pour la sauce

Porter la crème liquide à ébullition, saler, poivrer et ajouter la ciboulette ciselée hors du feu.

Pour le dressage, tailler la volaille, disposer harmonieusement les légumes rôtis et napper de crème ciboulette.

Astuce du Chef

Pour changer, on peut réaliser une farce sans champignon, avec des dés de courgettes et de poivrons rouge.