

poulet farci crémeux



Ingrédients

50g/2oz doux (moyenne de graisse) de fromage
1 sac de cresson (85g), haché finement
1 petite gousse d'ail, écrasées
4 filets de poitrine de poulet, sans peau
4 tranches de jambon de Parme
15ml / 1 c. à soupe d'huile d'olive
60ml / 4 c. à soupe de vin de Marsala
150ml / pt ¼ de bouillon de poulet
60ml / 4 c. à soupe de crème double
sel et poivre noir fraîchement moulu

Méthode

Mash le fromage avec la moitié du cresson, l'ail et le sel et le poivre. Utilisez un couteau pour faire une fente sur un côté de chaque poitrine de poulet pour faire une poche, remplissez avec le fromage, puis envelopper le jambon de Parme autour du poulet, border les bouts de jambon au-dessous.

Chauffer l'huile dans une poêle ajouter le poulet et cuire pendant 8 minutes, il en retournant une fois jusqu'à ce que le jambon est d'or. Ajouter le marsala dans la poêle, faire sauter pendant 1 minute, ajouter le bouillon, puis couvrir la casserole avec une feuille de cuisson ou d'aluminium et laisser mijoter pendant 15-20 minutes ou jusqu'à tendreté et bien cuites.

Transférer le poulet dans une assiette et garder au chaud. Laisser mijoter le liquide pour réduire, jusqu'à ce qu'il devienne sirop. Incorporer le reste de cresson et la crème et porter à ébullition. Laisser mijoter pendant 1 minute, puis retirer du feu et assaisonner au goût. Servir avec des pommes de terre écrasées et haricots verts.