

Recette SALÉE

Nombre de personnes : 6 - Temps de préparation : 20 mn

Cuisson : 15 mn - Difficulté : Moyen



Roulés de poulet à la provençale

> Préparation

- Dans un saladier, émietter le pain et ajouter la crème. Bien mélanger.
- Hâcher grossièrement les cerneaux de noix. Ciseler 1 à 2 feuilles de sauge. Hâcher le jambon, râper grossièrement la courgette. Emincer les échalotes, les faire revenir quelques minutes dans une sauteuse avec un peu d'huile d'olive. Ajouter ensuite, le jambon, la courgette et faire cuire à feu vif quelques minutes.
- Retirer du feu, ajouter le pain mélangé à la crème, les noix, la sauge ciselée, le jaune d'œuf, du sel et du poivre.
- Poser chaque escalope de poulet sur un morceau de film alimentaire. Bien les aplatir et répartir la farce obtenue sur chacune des escalopes. Les rouler et les maintenir fermées avec le film.
- Cuire les roulés 15 mn dans un cuit-vapeur.
- Laisser refroidir, retirer le film et les couper en tranches épaisses. Servir avec du riz et décorer avec quelques feuilles de sauge et de ciboulette.

Ingédients

- 6 tranches de poulet
- 1 courgette
- 2 tranches de jambon cru
- 2 échalotes
- 2 tranches de pain
- 40 g de cerneaux de noix
- 5 càs de crème liquide
- 1 jaune d'œuf
- quelques brins de sauge
- sel, poivre
- ciboulette