

# La Marmite de Claude

## BLANC DE POULET AU CIDRE

### **INGREDIENTS** ( pour 4 personnes )

*4 blancs de poulet  
40 g de beurre  
1 verre de cidre  
4 belles pommes  
10 cl de crème fraîche liquide  
sel et poivre*

### **RECETTE**

*Faire fondre 20 g de beurre dans une poêle chaude.  
Mettre les filets à cuire à feu moyen 15 à 20 mn.  
Saler, poivrer. Réserver au chaud .  
Mettre le reste du beurre à fondre dans la poêle, les pommes épluchées  
et coupées en quartiers.  
Faire cuire 5 mn de chaque côté. Réserver au chaud.  
Déglacer avec le cidre, faire réduire.  
Rajouter la crème fraîche, faire réduire à nouveau.  
Rajouter les pommes et le poulet .  
Servir chaud.*