

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.*