

# La Marmite de Claude

## FILETS DE POULET AU CIDRE

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

*4 filets de poulet  
2 pommes  
1 oignon  
½ c à c de 4 épices  
1 c à s d'huile d'olive  
2 verres de cidre  
1 cube de bouillon de volaille  
sel et poivre*

### **RECETTE**

*Éplucher et couper vos pommes en ½ quartiers, réserver.  
Faire dorer les blancs de poulet dans une sauteuse avec l'huile d'olive, réserver.  
Dans la même sauteuse, mettre l'oignon émincé, la pomme et faire rissoler.  
Remettre les filets de poulet dans la sauteuse, laisser cuire 4 mn à feu doux,  
déglacer avec le cidre, rajouter le cube de bouillon de volaille émietté et le mélange 4 épices.  
Saler et poivrer, laisser cuire 4 mn à feu doux.  
Servir avec des gnocchis cuits dans de l'eau bouillante,  
puis les faire rissoler dans la sauteuse avec le reste du jus et du beurre frais.*