Poitrines de volaille farcies à la pomme et au miel

Ingrédients pour 4 personnes

4 suprêmes de poulet (demi?poitrines, sans peau et désossées)
60 ml de compote de pomme
60 ml de farine
2 oeufs
180 ml de lait
125 ml de chapelure
30 ml de beurre
30 ml d'huile
150 ml de vin blanc
1 échalote française, hachée
45 ml de miel
250 ml de fond brun ou de sauce demi-glacé (du commerce)
10 ml de beurre ramolli
10 ml de farine

Préparation: 20 min. Cuisson: 15 min

Préchauffer le four à 200º C T

Trancher partiellement les suprêmes sur l'épaisseur, puis les ouvrir à plat. Y étaler la compote de pommes. Refermer les suprêmes et les fariner légèrement.

Battre les œufs et le lait dans un bol et y tremper les suprêmes. Les passer dans la chapelure, puis 1es dorer à feu moyen, dans le beurre et l’huile, 5 minutes de chaque côté.

Poursuivre la cuisson au four, 7 minutes.

Dans une casserole, faire réduire du tiers le vin blanc, avec l'échalote et le miel.

Incorporer le fond brun et laisse réduire du quart.

Mélanger le beurre et la farine pour obtenir un beurre manié. Lier la sauce avec la beurre manié, en remuant constamment.

Laisser mijoter jusqu'à consistance' désirée. Saler et poivrer.

Partagée par: Kane@AmisGourmands.fr le 25/10/2008 22:53